

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes merupakan kondisi kronis yang timbul akibat pankreas gagal memproduksi insulin secukupnya atau tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin secara efektif. Insulin berperan penting dalam mengatur kadar gula darah. Jika diabetes tidak terkontrol, kadar gula darah yang tinggi dapat menyebabkan kerusakan parah pada berbagai sistem tubuh, terutama pada saraf dan pembuluh darah, dalam jangka panjang (WHO, 2024).

Menurut data *International Diabetes Federation* (IDF), pada tahun 2021 sekitar 537 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan mencapai 783 juta pada tahun 2040. Di Indonesia, diabetes menjadi masalah kesehatan yang signifikan, dengan 19,5 juta penderita pada tahun 2021, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045, menjadi Indonesia sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak ke-5 di dunia (Kemenkes RI, 2024).

DKI Jakarta merupakan salah satu Provinsi dengan prevalensi diabetes tertinggi di Indonesia, dengan jumlah penderita diabetes melitus yang terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2021, terdapat 233.918 penderita diabetes melitus, kemudian meningkat menjadi 290.948 orang pada tahun 2022, dan mencapai 297.625 orang pada tahun 2023 (Dinkes DKI Jakarta, 2021-2023).

Jakarta Timur berada pada proporsi kedua tertinggi penderita diabetes melitus di DKI Jakarta. Berdasarkan laporan triwulan 1 dan 2 program PTM Suku Dinas Kesehatan Kota Administrasi Jakarta Timur 2021, diabetes melitus tetap menduduki posisi kedua terbanyak pada rekapitulasi kunjungan penyakit tidak menular di Jakarta Timur yakni sebesar 57.190 kunjungan penderita Diabetes Melitus (Sudinkes Jakarta Timur, 2021). Berdasarkan data Puskesmas Ciracas

satu tahun Terakhir pada Tahun 2024 terdapat 7.303 penderita diabetes melitus type 2 .

Berbagai faktor dapat berkaitan dengan peningkatan prevalensi diabetes melitus adalah kepatuhan diet. Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan penyakit diabetes melitus. Berdasarkan PERKENI, terdapat empat pilar penatalaksanaan diabetes melitus untuk mencegah terjadinya komplikasi yaitu: edukasi, terapi gizi medis (diet), latihan jasmani, intervensi farmakologi. Salah satu faktor penting untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes melitus adalah dengan penatalaksanaan diet. Penatalaksanaan diet merupakan komponen untuk keberhasilan pengelolaan diabetes melitus secara total yang bertujuan membantu penderita diabetes melitus dalam perbaikan gizi untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik. (Dewi, 2023). Pengaturan pola diet yang tidak tepat seperti yang dianjurkan sesuai jadwal, jumlah dan jenis (3J) dapat mengakibatkan peningkatan kadar gula darah. Penderita diabetes melitus harus memperhatikan 3J , yaitu ketepatan jumlah kalori yang diperlukan, ketepatan jadwal makanan, dan ketepatan jenis makanan yang harus diawasi. Dari hasil survey penelitian lain yang dilakukan pada penderita diabetes melitus tipe 2 yang menjalankan diet didapatkan keluhan pola makan yang tidak terkontrol, sulit menghindari makanan manis dan jenuh dengan makanan yang tidak bervariasi dan hambar (Khasanah, Ridho, & Putri, 2021). Oleh karena itu, penting untuk dilakukan pemantauan pengelolaan makan dengan jenis, jadwal dan jumlah (3J) pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa diabetes melitus memiliki keterkaitan dengan beberapa faktor karakteristik individu seperti usia dan jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan tingkat penghasilan juga dapat mempengaruhi peningkatan risiko diabetes melitus. Penelitian menunjukkan bahwa kasus diabetes cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia, terutama pada usia dewasa hingga lansia. Menurut Yin et al. (2015), usia lanjut memiliki keterkaitan yang kuat dengan gejala diabetes melitus, karena semakin tua usia seseorang, maka kemampuan untuk mengontrol gula darah menjadi semakin sulit.

Hal ini disebabkan oleh perubahan dalam sistem pengaturan glukosa darah yang dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah yang tidak normal (Setianto, Maria, & Firdaus, 2023). Dimana dilihat dari peneliti sebelumnya terdapat 35,6% lansia awal mengalami peningkatan kadar gula darah (Dahal, 2021).

Penelitian berkaitan dengan jenis kelamin, perempuan memiliki prevalensi diabetes melitus yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, karena perempuan lebih berisiko mengalami peningkatan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Sari, Putri, & Achmadi, 2019). Dibuktikan oleh peneliti sebelumnya dimana terdapat lebih banyak pasien berjenis kelamin perempuan yang menderita diabetes melitus sebanyak 60,9% (Rohmatullah, et.al., 2024). Pasien diabetes dengan tingkat pendidikan yang tinggi cenderung lebih mudah mengakses informasi kesehatan dan lebih proaktif dalam mengelola kondisi kesehatannya (Arda & Ngobuto, 2019). Dimana dibuktikan oleh peneliti sebelumnya pasien dengan pendidikan rendah lebih banyak mengalami diabetes melitus sebanyak 47,6% (Arania, et.al., 2021). Sementara itu, pasien diabetes melitus cenderung memiliki pekerjaan dengan aktivitas fisik yang ringan, yang dapat meningkatkan risiko diabetes melitus (Sari N. , 2022). Dibuktikan oleh peneliti sebelumnya pasien yang tidak bekerja lebih banyak mengalami diabetes melitus sebanyak 64,2% (Anshori, 2022). Selain itu, status sosial ekonomi yang rendah juga dapat mempengaruhi kesadaran perawatan diri pada pasien diabetes, sehingga meningkatkan risiko komplikasi penyakit akibat glukosa darah yang tidak terkontrol. Dimana dibuktikan oleh peneliti sebelumnya pasien dengan penghasilan rendah lebih banyak mengalami diabetes melitus sebanyak 77,4% (Unhanisyah, et.al., 2019). Hal ini disebabkan oleh minimnya pengetahuan dan kesadaran perawatan diri pada orang dengan status sosial ekonomi rendah (Hawara, Febrianti, & Fitriani, 2024).

Komplikasi yang sering terjadi apabila penyakit diabetes melitus tidak ditangani dengan baik yaitu akan timbulnya berbagai penyakit penyerta pada berbagai organ tubuh. Bila yang terkena pembuluh darah di otak maka akan timbul stroke, pada jantung akan terjadi penyakit jantung koroner, pada ginjal menjadi penyakit ginjal

kronik sampai gagal ginjal tahap akhir. Kerusakan saraf juga dapat menyebabkan neuropati diabetik, yang ditandai dengan mati rasa atau kehilangan sensasi pada bagian tubuh tertentu. Oleh karena itu, kerjasama yang baik antara pasien, keluarga, masyarakat, dan petugas kesehatan sangat penting dalam mengelola diabetes melitus. Pengobatan jangka panjang memerlukan perhatian khusus dari petugas kesehatan untuk memastikan pasien mengonsumsi obat secara tepat dan mencapai target terapi yang diharapkan (Yulia, 2020).

Peran perawat sebagai pendidik menekankan pentingnya sikap positif dan pengajaran bagi penderita diabetes melitus, yang merupakan salah satu fungsi dalam keperawatan. Hal ini telah tercantumkan dalam undang-undang praktik perawat dan standar praktik keperawatan dari *American Nurses Association*. Tenaga kesehatan berfungsi sebagai komunikator, sementara penderita berperan sebagai penerima pesan. Kepatuhan diet penderita diabetes melitus dipengaruhi oleh pemahaman mereka terhadap instruksi diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Sebaliknya, penderita cenderung tidak akan mematuhi anjuran diet jika mereka tidak memahami instruksi tersebut (Anggraeni, Widayati, & Sutawardana, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan tanggal 4 Mei 2025 di puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur pada 10 orang pasien yang terdiri dari 7 perempuan dan 3 laki-laki. Mereka berusia 30-70 tahun. Dilakukan wawancara langsung untuk mengetahui seberapa jauh penderita diabetes melitus mematuhi anjuran diet yang disarankan petugas kesehatan. Dari 10 orang pasien 6 orang masih belum mematuhi anjuran diet pada penderita diabetes melitus dan 4 orang sudah mengikuti anjuran diet diabetes melitus tetapi masih jarang dipatuhi pola makan dietnya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Diet dan Karakteristik Individu dengan Kadar Gula Darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur Tahun 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam mengelola diabetes melitus, kepatuhan diet yang tepat sangat penting untuk mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan juga berperan dalam pengelolaan penyakit ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Apakah terdapat hubungan antara kepatuhan diet dan karakteristik individu dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur Tahun 2025?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dan karakteristik individu dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Diperoleh data kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.2 Diperoleh data kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.3 Diperoleh data karakteristik individu (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan tingkat penghasilan) pada penderita diabetes melitus tipe 2.
- 1.3.2.4 Menganalisis hubungan karakteristik individu (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan tingkat penghasilan) dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur.
- 1.3.2.5 Menganalisis hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan menjadi sumber bacaan dan informasi ke arah perkembangan ilmu keperawatan untuk mengetahui Hubungan Kepatuhan Diet dan Karakteristik Individu dengan Kadar Gula Darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.2.2.1 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan masukan dalam rangka meningkatkan kesadaran diri pada masyarakat yang menderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Ciracas Jakarta Timur.

1.2.2.2 Bagi Institusi Prodi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan informasi dan fererensi bagi pendidikan dalam menjalankan proses akademik di perguruan tinggi tentang hubungan kepatuhan diet dan karakteristik individu dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.2.2.3 Bagi Puskesmas Ciracas

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam menyusun strategi untuk meningkatkan kepatuhan diet dan mengenali karakteristik individu yang berkaitan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.2.2.4 Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang hubungan kepatuhan diet dan karakteristik individu dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.