

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) yang biasa disebut dengan kencing manis, adalah penyakit kronis yang memengaruhi bagaimana tubuh mengubah makanan menjadi energi. Pada diabetes, tubuh tidak menghasilkan insulin dalam jumlah yang cukup atau tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif (Djaali N, 2019). Ketika insulin tidak mencukupi atau sel tidak merespons insulin dengan baik, kadar gula dalam aliran darah menjadi terlalu tinggi. Diabetes mellitus juga penyakit yang tidak dapat ditularkan dari penderita kepada orang lain, namun ini banyak diderita oleh masyarakat di Indonesia. Peningkatan penyakit Diabetes mellitus sebagian besar diakibatkan oleh Diabetes Mellitus tipe II akibat pola makan yang tidak sehat, dimana seringkali penderita tidak memperhatikan asupan makanan yang seimbang sehingga kadar gula darah penderita tidak terkontrol (Ramadhina, et al., 2022).

Penyakit tidak menular, termasuk diabetes mellitus, merupakan salah satu penyebab utama tingginya angka kematian di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2021, sebanyak 1,1 juta orang meninggal akibat penyakit ini. Di Indonesia, jumlah kematian akibat diabetes pada tahun yang sama mencapai 236 ribu orang. Indonesia menempati peringkat keenam dalam daftar negara dengan angka kematian akibat diabetes tertinggi di dunia. Diperkirakan pada tahun 2035, jumlah kasus diabetes mellitus di Indonesia akan meningkat menjadi 14,1 juta (Rionaldi & Yulianti Y, 2022).

Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes mellitus (DM) di Indonesia mencapai 11,7% berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah. Sementara itu, prevalensi DM yang didiagnosis oleh dokter adalah 1,7% untuk seluruh penduduk dan 2,2% untuk penduduk berusia 15 tahun ke atas. Provinsi dengan prevalensi DM tertinggi menurut diagnosis dokter adalah DKI Jakarta dengan 3,1%, diikuti Yogyakarta 2,9%, dan Kalimantan Timur 2,3%.

Terdapat selisih sebesar 9,5% antara prevalensi DM yang didiagnosis dokter dan yang diperoleh dari pemeriksaan kadar gula darah pada penduduk berusia 15 tahun ke atas. DM juga menjadi salah satu penyebab disabilitas pada penduduk berusia 15 tahun ke atas, dengan persentase mencapai 10,5% (Kemenkes 2024).

Beberapa faktor risiko untuk diabetes tipe 2 meliputi riwayat keluarga, kelebihan berat badan, obesitas, merokok, hipertensi, riwayat diabetes gestasional, malnutrisi selama kehamilan, faktor etnis, dan kurangnya aktivitas fisik (Aynalem & Zeleke, 2019). Selain itu, faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap munculnya diabetes mellitus di populasi umum mencakup usia, tingkat pendidikan, pendapatan, jenis kelamin, dan riwayat keluarga (Murad et al., 2019). Dengan demikian, diabetes adalah gangguan metabolisme yang memiliki berbagai penyebab, tidak hanya disebabkan oleh kekurangan atau kegagalan insulin (Aynalem & Zeleke, 2020).

Pada penderita Diabetes Mellitus, diet merupakan terapi yang utama. Pengelolaan diet diabetes dilakukan dengan metode 3J, yang mencakup perhatian terhadap jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan. Makanan sebaiknya dikonsumsi setiap 3-5 jam dengan porsi yang konsisten, dan setiap piring makan harus mengandung tiga komponen, yaitu protein, lemak, dan karbohidrat (Cahyaningrum, 2023).

Kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 tidak hanya tergantung pada individu, tetapi juga pada dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial. Penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang baik dapat meningkatkan hasil kesehatan penderita, dengan p value < 0.05 (Rahmawati, 2022). Selain itu, pengetahuan yang dimiliki keluarga dapat digunakan sebagai edukasi kesehatan untuk penderita diabetes mellitus, seperti mengurangi stres dan meningkatkan kepatuhan terhadap diet (López et al., 2021).

Pengetahuan mengenai diabetes dan pengelolaannya, termasuk diet, merupakan faktor kunci dalam kepatuhan. Penderita yang memiliki pemahaman yang baik

tentang pentingnya pola makan sehat cenderung lebih mampu mengatur asupan makanan mereka (Santoso et al., 2021). Pengetahuan sangat berperan dalam memengaruhi perilaku individu atau masyarakat yang menderita Diabetes Mellitus. Jika seseorang memahami petunjuk atau larangan yang diberikan, mereka akan lebih cenderung untuk mengikuti dan menerapkannya (Marni et al., 2023). Pengetahuan yang baik membantu penderita dalam menentukan sikap, berpikir, dan berusaha untuk menghindari penyakit atau mengurangi kondisi yang ada. Jika pengetahuan pasien memadai, maka sikap mereka terhadap diet diabetes mellitus seharusnya positif (Hastuti, F., & Prasetyo, D. 2020). Penelitian oleh Fadhli et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan kadar gula darah.

Penderita diabetes mellitus perlu memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang kondisi ini, karena hal tersebut akan memudahkan mereka dalam mengikuti anjuran penatalaksanaan. Di sisi lain, sikap penderita juga merupakan indikator penting dari tingkat pengetahuan yang dimiliki. Penderita yang kurang kooperatif akan mengalami kesulitan dalam menjalani pengobatan Diabetes Mellitus (Evert, A. B., et al. 2023).

Sikap penderita terhadap diet sering kali dipengaruhi oleh faktor psikologis dan lingkungan. Penderita yang memiliki sikap positif cenderung lebih mampu beradaptasi dengan perubahan pola makan yang diperlukan. Sikap positif terhadap diet juga memiliki peran penting dalam kepatuhan (Chen et al., 2019). Sikap yang baik dapat meningkatkan motivasi untuk mengikuti anjuran diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan (Santoso et al., 2021).

Sikap dan dukungan keluarga terhadap perilaku makan yang baik juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan penderita tentang diabetes. Penderita yang memahami bagaimana makanan memengaruhi kadar glukosa darah lebih cenderung memilih makanan yang sehat (Rahmawati, 2022). Penelitian oleh Rahmiyanti (2019) menunjukkan adanya hubungan antara sikap penderita Diabetes Mellitus dan kepatuhan diet. Ketidakepatuhan terhadap diet pasien dapat

menjadi faktor risiko yang memperburuk gangguan metabolisme tubuh, yang berdampak signifikan pada keberlangsungan hidup penderita Diabetes Mellitus. Selain itu, ketidakpatuhan diet juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan dan dukungan yang diberikan, sehingga pasien akan lebih termotivasi untuk mengikuti diet sesuai anjuran.

Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam kepatuhan diet penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Keluarga yang memberikan dukungan, baik secara moral maupun praktis, dapat membantu penderita menghadapi tantangan yang muncul selama menjalani diet (Berk et al., 2021). Dengan dukungan tersebut, penderita akan lebih termotivasi untuk mengikuti diet yang telah ditentukan (Higgins et al., 2020).

Hasil penelitian oleh Bangun et al. (2020) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan pengetahuan penderita dengan peningkatan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus. Semakin tinggi dukungan dan pengetahuan yang dimiliki, semakin baik pula kontrol terhadap kadar glukosa darah. Selain itu, pengetahuan dan sikap penderita diabetes juga memiliki hubungan signifikan dengan kepatuhan diet. Penderita yang memiliki sikap positif dan pengetahuan yang cukup tentang diet sehat cenderung lebih mematuhi rencana diet yang telah ditetapkan (Santoso, B., et al., 2021). Penelitian lain mengindikasikan hubungan signifikan antara pengetahuan tentang diabetes dan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2, di mana 65% responden melaporkan tingkat kepatuhan yang baik dengan p value $\leq 0,05$. Penderita yang memiliki pengetahuan yang baik lebih cenderung untuk mematuhi diet yang dianjurkan. Selain itu, sikap positif terhadap pengelolaan diabetes juga berkontribusi pada kepatuhan diet (Hastuti, F., & Prasetyo, D. 2020).

Peran perawat sebagai pendidik menekankan pentingnya sikap positif dan pengajaran bagi penderita DM, yang merupakan salah satu fungsi dalam keperawatan. Hal ini telah tercantum dalam undang-undang praktik perawat dan standar praktik keperawatan dari American Nurses Association (Fahra, R. U.,

Widayati, N., & Sutawardana, J. H., 2020). Tenaga kesehatan berfungsi sebagai komunikator, sementara penderita berperan sebagai penerima pesan. Kepatuhan diet penderita DM 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 (Kasumayanti & Rahayu, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan tanggal 30 Oktober 2024 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur pada 10 orang pasien terdiri dari 7 pasien perempuan dan 3 laki – laki. Mereka berusia 30 – 70 tahun. Dilakukan wawancara langsung untuk mengetahui seberapa jauh penderita Diabetes Mellitus memahami penyakitnya. Dari 10 orang pasien 6 orang masih belum paham tentang pengetahuan diet pada penderita diabetes mellitus dan 4 orang sudah memiliki pemahaman tentang diet diabetes mellitus tetapi masih jarang dipatuhi pola makan dietnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada diabetes mellitus tipe 2 di puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang mempengaruhi cara tubuh mengubah makanan menjadi energi. Pada penderita diabetes, tubuh tidak memproduksi insulin yang cukup atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif, sehingga menyebabkan kadar gula darah meningkat. Diet memiliki peran penting sebagai terapi utama bagi penderita Diabetes Mellitus, terutama tipe 2. Diet yang tepat harus memperhatikan jumlah, jenis, dan waktu makan. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial sangat memengaruhi kepatuhan diet, di mana pengetahuan keluarga tentang diabetes dapat meningkatkan hasil kesehatan penderita.

Pengetahuan mengenai pengelolaan diabetes, termasuk aspek diet, merupakan kunci bagi penderita untuk mengatur asupan makanan dengan efektif. Sikap positif terhadap diet juga berperan penting, karena dapat meningkatkan motivasi untuk mengikuti rekomendasi dari tenaga kesehatan. Selain itu, dukungan keluarga, baik secara moral maupun praktis, membantu penderita dalam menghadapi tantangan diet dan meningkatkan tingkat kepatuhan mereka.

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka pertanyaan penelitiannya adalah bagaimana hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dalam kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.2 Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.3 Mengetahui gambaran sikap pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Ciracas Kecamatan Jakarta Timur
- 1.3.2.4 Mengetahui gambaran dukungan keluarga pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.5 Mengetahui gambaran kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur

- 1.3.2.6 Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.7 Menganalisis hubungan sikap dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur
- 1.3.2.8 Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Untuk Responden

Diharapkan responden dapat mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus terutama dalam hal pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga

1.4.2 Bagi Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur

Membantu memahami hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur untuk menyusun program kesehatan khususnya bagi penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di wilayah tersebut

1.4.3 Untuk Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan pengetahuan yang lebih maju dan memberikan informasi penting mengenai hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2

1.4.4 Bagi Institusi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas MH Thamrin

Diharapkan penelitian ini dapat menambah kepustakaan program studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta dan dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut dan komprehensif.