

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Sebagai salah satu penyakit kronis yang bersifat tidak menular, diabetes melitus (DM) ditandai oleh gangguan sistem metabolisme yang mengakibatkan kadar glukosa darah melebihi ambang batas normal (Soelistijo, 2021). Keadaan tersebut muncul akibat ketidakseimbangan kerja hormon insulin yang berperan penting dalam pengaturan metabolisme glukosa. Kekurangan produksi hormon ini, baik secara mutlak maupun relatif, menjadi penyebab utama terjadinya gangguan tersebut (Nuryanto, 2019). Ketidakmampuan pankreas dalam menghasilkan insulin secara optimal mengakibatkan akumulasi glukosa di dalam darah, yang kemudian menimbulkan berbagai komplikasi metabolik. Dalam jangka panjang, kondisi ini berkembang menjadi penyakit kronis yang menetap (International Diabetes Federation, 2019). Bentuk yang paling sering dijumpai, yaitu diabetes melitus tipe II, disebabkan oleh resistensi insulin keadaan ketika sel-sel tubuh kehilangan kemampuan untuk merespons kerja hormon insulin secara efektif.

Peningkatan prevalensi penyakit metabolik berupa diabetes melitus telah menjadi perhatian global, dengan angka kejadian yang pada tahun 2019 mencapai sekitar 463 juta individu di seluruh dunia serta menyebabkan 4,2 juta kematian (International Diabetes Federation, 2019). Kondisi ini terutama banyak ditemukan pada kelompok masyarakat di negara dengan tingkat perekonomian menengah ke bawah. Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO), diperkirakan lebih dari 422 juta penduduk dunia hidup dengan penyakit ini, yang berarti sekitar 8,5% populasi orang dewasa telah terpengaruh, dan sebagian besar kematian sekitar 2,2 juta kasus terjadi sebelum usia 70 tahun. Situasi serupa juga dialami oleh Indonesia yang dikategorikan dalam status “waspada diabetes” karena menempati peringkat ketujuh secara global dalam jumlah penderita tertinggi setelah Tiongkok, India, Amerika Serikat, Brasil, Rusia, dan Meksiko, dengan estimasi 10,7 juta kasus di dalam negeri (International Diabetes Federation, 2019). Selain itu, Foot Diabetic memperkirakan bahwa jumlah orang yang menderita diabetes akan meningkat menjadi 700 juta pada tahun 2045. Selain itu, provinsi Jakarta memiliki tingkat kasus tertinggi (3,4 %) dan provinsi Nusa Tenggara Timur memiliki tingkat kasus terendah (0,9%).

Upaya pengelolaan nutrisi pada individu dengan diabetes melitus diarahkan untuk mempertahankan kadar glukosa serta lipid darah sedekat mungkin dengan batas fisiologis normal, menjaga berat badan tetap stabil dalam kisaran ideal ( $\pm 10\%$  dari harapan BB),

mencegah komplikasi, baik akut maupun kronis, dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Damayanti, 2015).

Kondisi ini menjadi perhatian penting di wilayah Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat, di mana pada tahun 2020 tercatat 242.169 penduduk terdiagnosis diabetes melitus. Dari jumlah tersebut, hanya sekitar 9,32% atau 22.573 orang yang telah memperoleh layanan kesehatan sesuai dengan standar penatalaksanaan yang ditetapkan (Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi, 2021).

Pengendalian kadar glukosa darah melalui pengaturan pola makan khusus merupakan strategi utama dalam menormalkan aktivitas hormon insulin serta menekan risiko komplikasi akibat diabetes melitus. Prinsip utama pendekatan ini ialah menjaga kestabilan kadar glukosa agar tetap berada dalam rentang normal tanpa menimbulkan keadaan hipoglikemia (Damayanti, 2015).

Pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri atau Self-Monitoring Blood Glucose (SMBG) berperan penting dalam mendeteksi sekaligus mencegah terjadinya hiperglikemia maupun hipoglikemia, sehingga dapat mengurangi komplikasi kronis yang ditimbulkan oleh penyakit ini. Pemeriksaan tersebut direkomendasikan terutama bagi penderita diabetes yang menunjukkan kondisi metabolik tidak stabil, rentan terhadap ketosis berat, atau memiliki kecenderungan mengalami gangguan glukosa darah tanpa gejala yang jelas. Selain itu, data hasil SMBG juga menjadi acuan penting dalam penentuan dosis insulin yang sesuai bagi setiap pasien, karena ketepatan kadar glukosa darah sangat menentukan keberhasilan terapi tersebut.

Penerapan terapi nutrisi medis menjadi salah satu pendekatan utama dalam upaya mencegah munculnya komplikasi pada individu dengan diabetes melitus. Intervensi ini menitikberatkan pada pengaturan pola makan yang disesuaikan dengan kebutuhan metabolik pasien. Namun, tingkat kepatuhan terhadap program diet seringkali menghadapi hambatan karena memerlukan pemahaman yang memadai serta kemampuan untuk beradaptasi terhadap perubahan kebiasaan makan. Proses penyesuaian tersebut menuntut komitmen waktu, kesempatan, dan kesadaran diri yang konsisten agar dapat terbentuk pola perilaku baru yang lebih sehat (Isnaini & Saputra, 2017).

Dalam upaya penatalaksanaan Diabetes Mellitus, salah satu bentuk terapi yang berperan penting dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah adalah terapi diet melalui kepatuhan terhadap pengaturan pola makan. Tingkat keberhasilan pengendalian kadar gula darah terbukti lebih tinggi pada individu yang disiplin menjalankan pola makan tersebut dibandingkan dengan yang tidak patuh, sebagaimana dijelaskan dalam hasil penelitian yang

dilakukan oleh Eva Mona pada tahun 2017. Tingkat kepatuhan pasien terhadap pola makan yang telah dianjurkan sangat dipengaruhi oleh pengendalian kadar glukosa darah yang optimal. Konsep kepatuhan ini mencerminkan perilaku aktif individu dalam mempertahankan kestabilan kadar gula darah melalui penerapan prinsip tiga aspek utama (3J), yaitu keteraturan dalam jadwal makan, ketepatan pemilihan jenis makanan, serta pengaturan jumlah asupan yang dikonsumsi. Penerapan disiplin pada ketiga komponen tersebut terbukti berperan dalam menjaga kontrol glikemik yang stabil. Keberlanjutan kontrol glikemik yang baik dapat berkontribusi dalam pencegahan komplikasi akut sekaligus menurunkan risiko komplikasi kronis pada penyandang diabetes melitus.

Kurangnya konsistensi dalam menerapkan pola makan sehat kerap menjadi faktor pemicu ketidakstabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe II. Banyak pasien cenderung menurunkan disiplin terhadap pengaturan diet setelah merasa kondisi tubuhnya membaik, sehingga pada pemeriksaan lanjutan sering ditemukan peningkatan kadar gula darah kembali. Fenomena tersebut menjadi perhatian di RS Abdul Radjak Jababeka, dimana selama periode Agustus hingga Oktober tahun 2024 tercatat 438 kasus penderita diabetes melitus tipe II. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II yang menjalani perawatan di rumah sakit tersebut.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Tingkat pengetahuan memiliki peran krusial dalam membentuk perilaku pengelolaan diri pada penderita diabetes melitus. Ketika pemahaman pasien memadai, penerapan perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan terhadap diet diabetes, cenderung lebih mudah dilakukan. Namun, rendahnya kedisiplinan dalam menjalankan aturan diet masih sering ditemukan, yang berdampak pada ketidakstabilan kadar glukosa darah. Kepatuhan diet berfungsi penting dalam menjaga kestabilan metabolik sekaligus membentuk kebiasaan sehat yang mendukung keteraturan pola makan pasien.

Data dari RS Abdul Radjak Jababeka pada tahun 2024 dari bulan Agustus sampai Oktober teridentifikasi kasus Diabetes Melitus tipe II sejumlah 438 orang. Perihal tersebut terjadi akibat pasien tidak mengikuti peraturan pola makannya pasca merasa baik, sehingga saat kunjungan selanjutnya di RS Abdul Radjak Jababeka kadar gula darah menjadi naik.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan penelitian berupa “hubungan antara tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus dengan tingkat kepatuhan dalam menjalankan diet diabetes di RS Abdul Radjak Jababeka”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui korelasi taraf pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 melalui kepatuhan diit DM (Diabetes Melitus).

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mencari tahu kriteria data demografi pasien DM tipe 2 berdasarkan jenis kelamin, usia, pekerjaan, serta pendidikan.
2. Mencari tahu gambaran tingkat pengetahuan pasien DM tipe 2 tentang penyakit diabetes melitus tipe 2.
3. Mengetahui gambaran tingkat kepatuhan diit pasien diabetes melitus tipe 2.
4. Menganalisis tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 melalui kepatuhan diit DM.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil dari riset ini diharapkan mampu bermanfaat bagi berbagai pihak berikut :

#### **1.4.1 Bagi Pasien**

Besar harapan riset ini mampu menambah pengetahuan beserta meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kepatuhan diit DM.

#### **1.4.2 Bagi Peneliti**

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pengayaan pengetahuan serta pengalaman bagi peneliti dalam pengembangan kajian keperawatan, khususnya pada bidang Keperawatan Medikal Bedah.

#### **1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil riset yang dilakukan ini mampu berperan sebagai sumber alternatif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diit DM ( Diabetes Melitus ).

#### **1.4.4 Bagi Rumah Sakit**

Temuan dari riset ini diharapkan mampu memperluas pemahaman mengenai keterkaitan antara tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus tipe II dan kepatuhan dalam menjalankan diet diabetes.

#### **1.4.5 Bagi Pendidikan**

Hasil temuan ini juga berpotensi menjadi gagasan pengembangan baru dalam meningkatkan wawasan serta pemahaman ilmiah terkait hubungan antara kepatuhan diet serta pengetahuan pasien pada penderita diabetes melitus tipe 2.