

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat secara global dan menjadi beban penyakit kronis utama karena komplikasi jangka panjangnya (kebutaan, gagal ginjal, penyakit kardiovaskular, amputasi) (M Ramadhani Firmansyah et al., 2025). Kondisi ini merupakan gangguan metabolik yang terjadi ketika kadar glukosa darah berada di atas batas normal akibat tubuh tidak mampu menghasilkan insulin dalam jumlah yang memadai atau tidak dapat memanfaatkannya secara efektif (Bangun et al., 2020).

Laporan atlas internasional menunjukkan bahwa prevalensi diabetes terus mengalami peningkatan di berbagai wilayah dunia. Secara global, angka kejadian Diabetes Mellitus (DM) menunjukkan tren yang terus meningkat. *International Diabetes Federation* pada tahun 2024 (IDF, 2025) melaporkan bahwa sekitar 11,1% penduduk dunia berusia 20–79 tahun setara dengan 589 juta orang dewasa mengidap DM. Angka ini diprediksi akan terus bertambah dan mencapai 12,2% atau sekitar 853 juta penderita pada tahun 2050.

Data di Indonesia menunjukkan tren serupa. Menurut *International Diabetes Federation* (IDF, 2025), Indonesia berada dalam lima negara dengan jumlah penyandang diabetes terbanyak di dunia. Temuan Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) juga mengungkapkan bahwa 11,7% penduduk berusia 15 tahun ke atas memiliki kadar gula darah yang melebihi batas normal. Pada saat yang sama, proporsi masyarakat yang telah mendapatkan diagnosis diabetes dari tenaga medis mencapai 1,7% pada populasi umum dan meningkat menjadi 2,2% pada kelompok usia 18 tahun ke atas. Temuan tersebut menggambarkan bahwa beban penyakit diabetes masih cukup tinggi dan memerlukan perhatian serius dalam upaya pencegahan serta pengendalian penyakit.

Menurut data (Kementerian Kesehatan RI, 2023) prevalensi diabetes yang terdiagnosis medis di Jawa Barat sebesar 2,2%. Menurut Data (Profil Kesehatan Kota Bekasi, 2020). Jumlah estimasi penderita diabetes mellitus di Kota Bekasi mencapai 44.714 orang, dengan konsentrasi kasus tertinggi terdapat di Kecamatan Bekasi Timur sebanyak 11.246 orang.

Secara umum, Diabetes Mellitus dibedakan menjadi beberapa tipe, yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes melitus gestasional, serta tipe diabetes spesifik lainnya. Diabetes Mellitus tipe 1 disebabkan oleh kerusakan autoimun pada sel beta pankreas yang mengakibatkan kekurangan insulin secara absolut, sementara diabetes melitus gestasional muncul selama masa kehamilan akibat adanya peningkatan resistensi insulin yang bersifat sementara (Tandra H, 2020).

Sesuai dengan penjelasan (Tandra H, 2020), diabetes melitus tipe 2 adalah kondisi di mana tubuh mengalami ketidakmampuan dalam memanfaatkan insulin secara efektif akibat resistensi insulin, atau pankreas tidak memproduksi insulin dalam jumlah yang memadai sesuai kebutuhan tubuh. Kondisi ini menyebabkan kadar gula darah meningkat secara bertahap dan bertahan dalam jangka waktu yang lama.

Menurut World Health Organization (WHO, 2021) diabetes melitus tipe 2 merupakan jenis diabetes yang paling banyak terjadi dengan proporsi sekitar 90–95% dari seluruh kasus. Penyakit ini bersifat kronis akibat gangguan produksi insulin, efektivitas insulin, atau keduanya, sehingga menyebabkan hiperglikemia yaitu kondisi kadar gula darah melebihi batas normal.

Diabetes tipe 2 dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, seperti adanya riwayat keluarga penderita diabetes, kelebihan berat badan, kebiasaan merokok, tekanan darah tinggi, riwayat diabetes gestasional, kondisi malnutrisi pada masa kehamilan, faktor etnis tertentu, serta kurangnya aktivitas fisik (Młynarska et al., 2025). Selain itu, faktor-faktor lain yang juga memengaruhi kejadian diabetes melitus pada masyarakat umum antara lain usia, tingkat pendidikan, pendapatan, jenis kelamin, serta riwayat keluarga (M Ramadhani Firmansyah et al., 2025).

Pasien diabetes melitus perlu memiliki pengetahuan dan pemahaman yang memadai tentang penyakit yang mereka alami, karena hal tersebut dapat mempermudah mereka dalam mengikuti berbagai anjuran penatalaksanaan. Pengetahuan memegang peran penting dalam membentuk perilaku individu maupun kelompok yang hidup dengan diabetes melitus. Ketika seseorang memahami dengan baik aturan maupun larangan yang diberikan, mereka cenderung lebih mampu dan lebih bersedia untuk mematuhi serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Marni et al., 2023). Pengetahuan yang cukup juga membentuk sikap dan pola pikir positif terkait upaya pencegahan maupun pengendalian penyakit, termasuk kepatuhan terhadap diet diabetes (Hastuti, F., & Prasetyo, D. 2020). Penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan keberhasilan kepatuhan pasien mengenai penyakit dan tata laksana diet yang harus dijalani. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wiwin A Muhammad et al., 2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet, di mana pasien dengan pengetahuan yang lebih baik memiliki peluang jauh lebih besar untuk mematuhi diet dibandingkan mereka yang pengetahuannya kurang. Penelitian ini membuktikan bahwa pengetahuan yang baik meningkatkan kemungkinan kepatuhan pasien terhadap aturan diet yg dianjurkan dengan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh $p = 0.001$. Hal ini menunjukkan nilai p tidak lebih besar dari α (0.05) menunjukkan bahwa hubungan pengetahuan berpengaruh terhadap

kepatuhan sehingga pemahaman pasien terhadap DM dan aturan diet menjadi aspek krusial dalam keberhasilan pasien menjalani aturan diet yg dianjurkan.

Sikap pasien terhadap kepatuhan diet sangat terpengaruh oleh aspek psikologis dan kondisi lingkungan. Orang yang memiliki pandangan positif umumnya lebih mudah beradaptasi dengan perubahan diet yang dibutuhkan. Pandangan yang mendukung terhadap pola makan juga memainkan peran krusial dalam meningkatkan tingkat kepatuhan (Widyastuti & Wijayanti, 2021). Penelitian menurut (Siagian et al., 2025) mengungkapkan keterkaitan antara sikap pasien diabetes melitus dan sejauh mana mereka mematuhi diet. Hasil tersebut dibuktikan dengan nilai uji *Chi-Square* $p\text{-value} = 0.000$ dimana sikap positif biasanya mendorong kepatuhan terhadap anjuran diet, pelaksanaan olahraga ringan, serta mengikuti rekomendasi dari tenaga kesehatan. Sebaliknya, sikap pasif dan kurangnya keyakinan terhadap manfaat diet diabetes melitus menjadi hambatan utama dalam pengelolaan kadar gula darah.

Dukungan keluarga juga memiliki kontribusi besar dalam meningkatkan kepatuhan terhadap diet pada penderita diabetes melitus tipe 2. Menurut (Sudrajat et al., 2023) Keluarga adalah sosok terdekat yang mendampingi penderita diabetes melitus tipe 2, sehingga kehadiran dan dukungannya sangat memengaruhi tindakan serta pengambilan keputusan penderita. Dengan demikian, apabila dukungan keluarga yang diberikan bersifat positif, hal ini akan berdampak baik pada peningkatan kondisi kesehatan anggota keluarga yang mengidap diabetes. Keluarga yang memberikan bantuan, baik secara emosional maupun praktis, dapat membantu pasien mengatasi berbagai hambatan saat menjalankan program diet (Berk et al., 2021). Dengan dukungan tersebut, pasien biasanya memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk mematuhi aturan diet yang telah ditentukan (Higgins et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Gusti Ayu, 2024) turut menguatkan temuan ini, di mana hasil penelitian didapatkan bahwa dukungan keluarga terbanyak dengan kategori baik (85,2%). Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2 ($r = 0,446$, $p < 0,05$). Sehingga peran keluarga sangat diperlukan dalam membantu individu mempertahankan kepatuhan terhadap

diet. Oleh karena itu, keluarga diharapkan dapat menyediakan pilihan makanan yang sesuai dengan ketentuan diet yang dianjurkan.

Bagi pasien Diabetes Mellitus menurut PERKENI ditahun 2024, Prinsip pengaturan makan bagi penderita diabetes melitus (DM) adalah dengan mengonsumsi makanan seimbang yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori dan zat gizi tiap individu per hari. Selain itu, pasien DM harus memperhatikan pentingnya keteraturan jadwal makan serta memperhatikan jenis dan jumlah kalori yang dikonsumsi. pengaturan pola makan merupakan komponen penting dalam terapi utama (Kisnawaty et al., 2023). Secara ideal, makanan dikonsumsi setiap 3–5 jam dengan porsi yang konsisten. Dalam setiap porsi, disarankan untuk mencakup kombinasi tiga unsur pokok, yaitu karbohidrat, protein, serta lemak dalam proporsi yang seimbang (Kuwanti et al., 2023)

Kepatuhan diet dapat dilihat dari sejauh mana perilaku yang ditunjukkan oleh pasien sesuai dengan ketentuan diet yang diberikan oleh petugas profesional dalam kesehatan. Menurut (Mahaputera et al., 2025). dalam penelitiannya mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet yang baik, dan temuan tersebut diperkuat dengan adanya hubungan yang saling berkaitan antara pengetahuan, dukungan keluarga, serta dukungan petugas kesehatan terhadap perilaku kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pengetahuan yang memadai terbukti membantu pasien memahami pentingnya pengaturan makan, sementara keterlibatan keluarga berperan sebagai penguat dalam menjaga konsistensi perilaku sehari-hari. Di sisi lain, bimbingan dan dukungan tenaga kesehatan memberikan arahan yang jelas mengenai tata laksana diet yang benar.

Berdasarkan Hasil data yang terdapat di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi pada bulan Mei - Oktober 2025 sebanyak 1.099 orang menderita Diabetes Mellitus tipe 2. Selanjutnya dilakukan survei pendahuluan dengan metode wawancara langsung ke 10 orang penderita Diabetes Mellitus tipe 2 didapatkan ada 6 orang yang mengeluh bosan menjalankan diet dan malas berkunjung ke puskesmas. Dari kelompok tersebut, sebagian tidak memahami prinsip diet diabetes. Sedangkan 4 orang lainnya sudah memiliki pemahaman tentang diet diabetes mellitus namun penerapan pola makan sesuai anjuran masih jarang dilakukan.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memandang perlu untuk mengkaji mengenai hubungan antara pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Bojong Menteng, Kota Bekasi.

1.2 Rumusan Masalah

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat, baik di tingkat global maupun nasional,. Peningkatan kasus ini menimbulkan beban kesehatan masyarakat, terutama akibat komplikasi jangka panjang yang dapat menurunkan kualitas hidup penderita. Di Indonesia, termasuk Kota Bekasi, prevalensi Diabetes Mellitus tipe 2 tercatat cukup tinggi sebagaimana ditunjukkan oleh data *International Diabetes Federation* (IDF), Survei Kesehatan Indonesia (SKI), dan Laporan Profil Kesehatan Daerah. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengendalian diabetes masih belum optimal (Sa'adah et al., 2023).

Keberhasilan pengelolaan Diabetes Mellitus tipe 2 sangat bergantung pada kepatuhan diet, yang merupakan bagian utama dalam terapi non-farmakologis. Namun, berbagai penelitian menyatakan bahwa tingkat kepatuhan diet masih rendah dan dipengaruhi oleh beberapa faktor, terutama pengetahuan, sikap terhadap diet, serta dukungan keluarga. Pengetahuan yang kurang tentang diet diabetes dapat menghambat kemampuan penderita dalam menerapkan pola makan yang sesuai. Sikap yang negatif terhadap perubahan pola makan juga dapat menurunkan

motivasi untuk mematuhi diet. Selain itu, kurangnya dukungan keluarga berpotensi memperburuk ketidakpatuhan penderita terhadap diet yang dianjurkan (Antoni, 2021).

Kondisi ini terlihat dari hasil survei pendahuluan di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi, di mana sebagian pasien mengaku bosan minum obat, malas melakukan kontrol rutin, serta belum sepenuhnya memahami atau mematuhi prinsip diet diabetes. Situasi tersebut menunjukkan adanya masalah dalam faktor-faktor yang berperan penting terhadap keberhasilan pengelolaan diabetes, khususnya terkait pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga.

Berdasarkan latar belakang diatas didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah Ada Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi?”

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 Bojong Menteng Kota Bekasi

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Lama Menderita Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
2. Mengetahui Tingkat Pengetahuan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
3. Mengetahui Sikap Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi

4. Mengetahui Bentuk Dukungan Keluarga Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
5. Mengetahui Tingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
6. Menganalisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
7. Menganalisis Hubungan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi
8. Menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskemas Bojong

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat bagi beberapa pihak

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengalaman dalam mengkaji pengetahuan, sikap, dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus, sekaligus mengaplikasikan ilmu yang diperoleh di bidang keperawatan medikal bedah.

1.4.2 Bagi Pelayanan Dan Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan dan informasi tentang hubungan Pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Bojong Menteng, Kota Bekasi.

1.4.3 Bagi Institusi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas MH Thamrin

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 serta dapat menambah kepustakaan program studi Sarjana Keperawatan Fakultas

Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta dan dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut dan komprehensif.

1.4.4 Bagi Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai keterkaitan antara tingkat pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada individu yang menderita diabetes melitus. Temuan yang diperoleh dapat digunakan sebagai dasar pertimbangan bagi Puskesmas Bojong Menteng Kota Bekasi dalam merumuskan program kesehatan yang lebih tepat sasaran, khususnya bagi masyarakat yang hidup dengan Diabetes Mellitus di wilayah kerja tersebut.