

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pola hidup tidak sehat menimbulkan berbagai macam penyakit degeneratif, salah satunya adalah Diabetes Mellitus. Diabetes Mellitus ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah yang tidak normal, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi jika tidak diobati dengan baik. Diabetes telah menjadi salah satu penyakit "silent killer" yang sering tidak disadari oleh penderitanya dan seringkali hanya terdeteksi ketika komplikasi sudah terjadi. Oleh karena itu, pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus menjadi sangat penting.

Diabetes Mellitus adalah salah satu penyakit yang memiliki prevalensi yang tinggi di Indonesia. Menurut data *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, terdapat sekitar 10,3 juta orang yang menderita diabetes di Indonesia. *International Diabetes Federation* (2019) memperkirakan bahwa terdapat 483 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita Diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 Indonesia dengan jumlah penduduk mencapai 265 juta penduduk angka prevalensi penderita diabetes mellitus menurut pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka prevalensi tertinggi penderita diabetes mellitus menurut diagnosis dokter ditempati provinsi DKI Jakarta dengan presentase 3,4 %, disusul Kalimantan Timur dan Daerah Istimewa

Yogyakarta sebesar 3.1%, sedangkan provinsi Jawa Timur menempati peringkat ke empat dengan jumlah 2,6% (Risikesdas, 2018). Jumlah penderita Diabetes Mellitus di Kabupaten Magetan pada tahun 2021 berdasarkan data dari Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2021 mencapai 13.604 jiwa (Profil Kesehatan Jatim, 2021). Data di Rumah Sakit Angkatan Udara dr. Efram Harsana Lanud Iswahyudi pada tahun 2022 terdapat 2890 pasien dengan rata – rata setiap bulan 241 kasus Diabetes Mellitus.

Diabetes Mellitus merupakan penyakit yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat, obesitas, riwayat keluarga, usia, etnis, dan kondisi medis lainnya. Tanda dan gejala yang sering muncul pada pasien Diabetes Mellitus antara lain rasa haus yang berlebihan (*polidipsi*), sering buang air kecil (*poliuri*), dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan. Ada dua jenis utama Diabetes Mellitus, yaitu Diabetes Mellitus tipe 1 dan Diabetes Mellitus. Diabetes Mellitus tipe 1 terjadi ketika sistem kekebalan tubuh menyerang dan menghancurkan sel beta di pankreas, yang merupakan penghasil insulin dalam tubuh. Sedangkan, Diabetes Mellitus tipe 2 terjadi ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif atau tidak menghasilkan cukup insulin. Diabetes Mellitus tipe 2 lebih umum terjadi dibandingkan dengan Diabetes Mellitus tipe 1, dan dapat dikontrol melalui perubahan gaya hidup dan pengobatan. Diperlukan langkah-langkah yang aktif dalam mengendalikan Diabetes Mellitus guna menjaga kadar glukosa darah tetap dalam batas normal, sehingga risiko komplikasi dapat dicegah..

Kepatuhan dalam menjalankan penatalaksanaan Diabetes Mellitus sangat penting bagi penderita Diabetes Mellitus. Sasaran utama dalam pengobatan

berbagai jenis diabetes adalah untuk mencapai dan menjaga kadar glukosa darah dalam kisaran normal (normoglikemia), dengan tujuan mencegah terjadinya komplikasi. Namun, mencapai kadar gula darah yang benar-benar normal merupakan hal yang kompleks karena penderitanya mungkin kurang konsisten dalam mengikuti pola makan yang tepat atau mungkin tidak mampu mengurangi asupan kalori dengan konsisten. Menurut Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia pada tahun 2015, terdapat empat pilar utama dalam mengelola diabetes. Ini meliputi edukasi, pengaturan pola makan atau terapi gizi medis, latihan fisik, dan jika diperlukan, penggunaan intervensi farmakologis. Dimana keempat pilar tersebut harus dilakukan secara beriringan agar dapat mengendalikan penyakit diabetes melitus yang diderita (RS St. Elisabeth and Developed, 2018).

Aktivitas fisik memiliki peranan krusial dalam mengelola diabetes melitus, terutama dalam mengatur kadar glukosa darah serta meminimalkan risiko gangguan kardiovaskular seperti pengurangan kadar hiperinsulinemia, peningkatan sensitivitas terhadap insulin, penurunan persentase lemak tubuh, dan pengendalian tekanan arteri. Rutinitas olahraga dengan intensitas sedang memiliki kaitan erat dengan penurunan angka kematian sekitar 45-70% pada populasi yang menderita diabetes tipe 2, sambil juga membantu mengurangi tingkat HbA1c hingga pada level yang mampu mencegah terjadinya komplikasi (Astri Zakiyyah, 2019).

Dalam usaha untuk menghindari dampak serius dari diabetes melitus, individu yang mengidap kondisi ini perlu mengikuti pola makan yang terencana, yang melibatkan pengaturan jumlah makanan, jenis makanan, dan waktu makan

(dikenal sebagai 3J). Tujuan utama dari patuh terhadap pola makan ini adalah untuk mencapai serta menjaga kadar glukosa darah agar mendekati kondisi normal. Hal ini memungkinkan mereka menjalani aktivitas sehari-hari dengan lancar. Mengikuti jadwal makan yang teratur juga membantu mencegah fluktuasi yang tiba-tiba dalam kadar glukosa darah. Selain itu, pendekatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesehatan secara keseluruhan melalui asupan gizi yang optimal. Sikap seseorang dalam menjalani pola makan yang disarankan sangat dipengaruhi oleh keyakinan dirinya terhadap hal-hal positif. Bagi penderita diabetes melitus, penting bagi mereka untuk memiliki keyakinan kuat terhadap kondisi kesehatan yang mereka alami serta terapi yang direkomendasikan untuk mengelolanya (Rizqah, 2018). Faktor-faktor yang dapat membantu keberhasilan kepatuhan pada pola diet meliputi dukungan dari keluarga, pengetahuan tentang diet yang sehat, dan motivasi untuk menjalankan terapi dengan konsisten (Dewi, Amir, & Sabir, 2018).

Penyampaian informasi atau pendidikan tentang kesehatan menjadi suatu kebutuhan penting, terutama mengingat diabetes merupakan suatu kondisi yang sangat dipengaruhi oleh gaya hidup. Individu yang memiliki pemahaman yang memadai mengenai diabetes, kemudian mengadopsi perubahan perilaku yang tepat, memiliki kemampuan untuk mengelola kondisi kesehatannya (Hiswani, 2018). Manajemen penggunaan obat-obatan bagi penderita diabetes dilakukan dengan tujuan mengembalikan kadar glukosa darah ke tingkat seoptimal mungkin, guna memberikan kenyamanan dan keadaan sehat bagi individu yang mengidap diabetes. Pendekatan ini juga bertujuan untuk mencegah atau melambatkan munculnya komplikasi yang mungkin timbul (FKUI, 2015).

Kepatuhan dalam melaksanakan pengobatan bagi individu yang menderita diabetes memiliki dampak yang signifikan terhadap pemulihan pasien diabetes. Dengan menjaga ketaatan dalam menjalankan regimen pengobatan, potensi terjadinya komplikasi, terutama yang bersifat kronis, dapat ditekan atau risikonya dapat dikurangi (Kristianingrum dan Budiyani, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati (2017) mengungkapkan bahwa terdapat faktor-faktor yang berperan dalam memengaruhi tingkat kepatuhan pasien. Faktor-faktor tersebut meliputi faktor intrapersonal, interpersonal, lingkungan, serta karakteristik penyakit dan pendekatannya. Dalam aspek intrapersonal, terdapat elemen seperti jenis kelamin, usia, tingkat kedisiplinan, tingkat stres, konsumsi alkohol, pandangan positif terhadap diri sendiri, tingkat depresi, dan tingkat pemahaman mengenai kondisi penyakit. Faktor interpersonal mencakup kualitas hubungan antara pasien dan tenaga medis, serta dukungan yang diterima dari keluarga. Faktor lingkungan melibatkan kondisi lingkungan yang dapat meningkatkan risiko, termasuk sistem lingkungan yang ada. Faktor yang berkaitan dengan karakteristik penyakit dan pendekatannya mencakup jenis penyakit, durasi penderitaan diabetes, kompleksitas pengobatan yang diperlukan, serta metode pelayanan kesehatan yang dipilih.

Didalam Islam juga telah dijelaskan bahwa mengatur jumlah makanan yang dikonsumsi agar tidak berlebihan, karena berlebihan dalam makan dan minum akan memberikan dampak buruk seperti mendatangkan penyakit dan menurunkan kualitas hidup (Nahar & Hidayatulloh, 2021). Dalam Islam sudah dijelaskan agar tidak berlebihan dalam makan dan minum, sebagaimana tercantum dalam QS. Al-A'raf ayat 31

يُنَبِّئُ أَدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih - lebihan.”

Dari ayat diatas dapat kita pahami bahwa sangat penting untuk menjaga kepatuhan pola makan agar terhindar dari berbagai macam penyakit salah satunya adalah penyakit Diabetes Mellitus.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Lima Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik Penyakit Dalam RSAU Dr Efram Harsana Lanud Iwahyudi”

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara kepatuhan lima pilar penatalaksanaan Diabetes Mellitus dengan kadar glukosa darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus di poliklinik penyakit dalam RSAU dr Efram Harsana Lanud Iswahyudi?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan kepatuhan lima pilar penatalaksanaan Diabetes Mellitus dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi kepatuhan tentang lima pilar penatalaksanaan Diabetes Mellitus pada penderita Diabetes Mellitus.
2. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus.

3. Untuk menganalisis hubungan kepatuhan lima pilar penatalaksanaan Diabetes Mellitus dan kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan ilmu, khususnya keperawatan secara lebih lanjut dan juga menjadi sebuah nilai tambah khasanah pengetahuan ilmiah dalam bidang kesehatan yang berfokus pada peningkatan kepatuhan diet terhadap kadar gula sewaktu darah pasien Diabetes Mellitus.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi Responden

Untuk mengetahui pentingnya sikap patuh penatalaksanaan lima pilar Diabetes Mellitus terhadap kadar gula darah sewaktu.

2. Manfaat bagi Instansi dan Pelayanan Kesehatan

Untuk memperoleh data dan hasil yang di peroleh dari penelitian ini untuk dapat dijadikan sumber referensi dan sebagai dasar untuk penentuan intervensi lanjutan dalam proses peningkatan kepatuhan penatalaksanaan lima pilar Diabetes Mellitus pada penderita Diabetes Mellitus.

3. Manfaat bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang hubungan kepatuhan penatalaksanaan lima pilar Diabetes Mellitus dan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus.

1.5. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Milda Hidayah (2019) dengan judul Hubungan Perilaku *Self-Management* Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain studi observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan data menggunakan teknik *random sampling* dan didapatkan 79 responden. Instrument penelitian menggunakan alat ukur *accu cek* untuk mengukur kadar gula darah dan kuesioner SDSCA (*The Summary of Diabetes Self-Care Activities*) yang telah dikembangkan oleh *General Service Administration (GSA) Regulatory Information Service Center (RISC)*. Analisis data menggunakan uji statistik chi-square. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian responden memiliki tingkat self-management baik (59.5%). Beberapa aspek seperti pengaturan pola makan, dan kepatuhan konsumsi obat, sebagian besar responden termasuk dalam kategori baik, namun pada aspek aktivitas fisik/olahraga, perawatan diri/kaki, dan monitoring gula darah masih dalam kategori kurang. Selain itu, sebagian besar responden memiliki kadar gula darah yang terkontrol (50,6%). Perbedaan penelitian terletak pada judul, variabel independent, tempat, waktu, populasi, sampel, dan sampling. Sedangkan persamaan dengan penelitian

yang akan dilakukan terletak pada desain penelitian, Teknik sampling, dan instrumen penelitian.

2. Penelitian Ina Mujisari, dkk (2021) Hubungan Penerapan Empat Pilar Pengendalian Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Rerata Kadar Gula Darah di Puskesmas Banabungi Sulawesi Tenggara. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Sampel yang diambil secara *total sampling* dengan populasi adalah pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Banabungi Kabupaten Buton Sulawesi Tenggara sebanyak 50 orang dengan sampel 50 orang dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai pertimbangan dalam pengamilan sampel. teknik analisa data dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *Chi Square* Penelitian ini diperoleh hasil bahwa sebanyak 42 responden (84,0%) dengan rerata kadar gula darah tidak terkontrol, 8 responden yang memiliki pengetahuan kurang yakni dengan $p=1,000$, 42 responden yang memiliki aktivitas ringan menunjukkan rerata tidak terkontrol dengan $p=0,000$, 4 responden yang memiliki pengaturan makanan tidak baik dengan rerata tidak terkontrol menunjukkan $p=0,155$ dan 8 responden yang tidak patuh dalam kepatuhan minum obat dengan rerata tidak terkontrol menunjukkan $p = 1,000$. Kesimpulan penelitian ini tidak ada hubungan pengetahuan, pengaturan makanan, dan kepatuhan, minum obat pada penerapan 4 pilar pengendalian diabetes melitus tipe 2 dengan rerata kadar gula darah, dan ada hubungan aktivitas fisik pada penerapan 4 pilar pengendalian Diabetes Mellitus tipe 2 dengan rerata kadar gula darah..

Persamaan dari penelitian yang akan dilakukan terletak pada design penelitian, teknik analisa data,. Perbedaan penelitian terletak pada judul, tempat, waktu, pengambilan sampel, teknik *sampling*, dan variabel yang diteliti.

