

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus tipe 2 merupakan diabetes yang paling sering terjadi yaitu sekitar 90-95% dan ADA menyebutnya juga sebagai diabetes onset dewasa. DM tipe 2 berkaitan dengan usia dan gaya hidup. Umumnya DM tipe 2 terjadi pada usia menengah atau lanjut (>40 tahun). Penderita DM tipe 2 biasanya pada awalnya memiliki pankreas yang mampu memproduksi insulin hanya saja sel tubuh kurang sensitive terhadap insulin tersebut. DM tipe 2 bisa cepat terjadi jika penderita tidak mengatur pola makan, aktivitas, dan berat badan (Aji Prihaningtya, 2015)

Penyandang DM tipe 2 pada umumnya sudah mengetahui anjuran pola makan dan perilaku hidup sehat, namun tidak menuruti anjuran tersebut karena menganggap makanan diet DM cenderung tidak enak, sehingga memakan makanan sesuai keinginan. Pengetahuan dan efikasi diri (*self efficacy*) tentang DM merupakan sarana penting untuk membantu pengobatannya, sehingga pengetahuan dan *self efficacy* yang lebih baik tentang DM dapat berdampak pada pengelolaan perilakunya (Astuti et al., 2022).

Diabetes Melitus sebagai permasalahan global terus meningkat prevalensinya dari tahun ke tahun baik di dunia maupun di Indonesia. Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF) prevalensi DM global pada tahun 2019 diperkirakan 9,3% (463 juta orang), naik menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045

(IDF, 2019). Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat 7 sebagai negara dengan penyandang DM terbanyak di dunia, dan diperkirakan akan naik peringkat 6 pada tahun 2040 (Perkeni, 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menyebutkan bahwa persentase kematian akibat penyakit tidak menular sebesar 63% dibandingkan dengan penyakit menular. Trend kematian akibat PTM di Indonesia meningkat dari 37% di tahun 1990 menjadi 57% di tahun 2018. Penyakit tidak menular menyumbang 38 juta (68%) dari total 56 juta kematian di dunia antara lain penyakit kardiovaskular (46,2%), kanker (21,7%), penyakit pernafasan termasuk asma dan penyakit paru obstruktif kronis (10,7%) dan diabetes (4%).

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat dalam Kemenkes (2021), jumlah kasus Diabetes Melitus di Sumatera Barat dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 berjumlah 24.432 jiwa lalu mengalami peningkatan pada tahun 2021 yang berjumlah 44.280 kasus, dengan kasus tertinggi berada di Padang dengan 12.231 kasus. Penderita DM yang sudah menjalankan program diet ternyata belum mampu mengendalikan glukosa darah dengan baik yang dapat dilihat dari kadar glukosa darah harian yang tetap tinggi. Diet Diabetes Melitus adalah usaha untuk mengendalikan kadar gula darah yang melalui pemilihan dan waktu menyantap makanan.

Penelitian ini membahas tentang pengelolaan diabetes melitus yaitu kejenuhan pasien dalam mengikuti diet. Rekomendasi diet Diabetes Melitus

yaitu dengan makan teratur, kurangi asupan gula, lemak dan alkohol, menghindari makanan tertentu, meningkatkan asupan serat, kurangi berat badan dan lebih banyak mengonsumsi makanan sehat (Simbolon et al., 2019).

Pelaksanaan manajemen diri pasien DM dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah *self efficacy*. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* memberikan landasan untuk keefektifan *self management* pada Diabetes Melitus karena berfokus pada perubahan perilaku (Munir, 2019).

DM tipe 2 merupakan jenis DM yang paling sering dari pada jenis DM lain, Orang yang terdiagnosis DM 2 mengalami keadaan resisten insulin yang dominan dengan defisiensi insulin relatif. Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 dapat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan penderitanya dan penderita diabetes mellitus tipe 2 memiliki peningkatan risiko terjadinya komplikasi dan dapat mengancam jiwa apabila tidak segera di tangani dan dilakukan pengontrolan tepat. Risiko DM yang tertinggi pada penduduk Indonesia disebabkan oleh diet yang tidak seimbang yaitu mengonsumsi makanan atau minuman manis lebih dari satu kali perhari (53,1%), mengonsumsi makanan atau minuman asin lebih dari satu kali perhari (26,2%), mengonsumsi makanan atau minuman berlemak lebih dari satu kali perhari (40,7%) (Iftita Churrosida, 2023).

Tingginya jumlah penderita DM tipe 2 yang terus meningkat dan risiko terjadinya komplikasi meliputi makrovaskuler, mikrovaskuler dan diabetik retinopati, nephropathy, ulkus kaki diabetes, neuropathy atau kerusakan saraf. Terdapat 4 pilar pengendalian kadar gula darah dapat dilakukan melalui edukasi dilakukan untuk menambah pengetahuan, kepatuhan diet diabetes sudah menjadi kewajiban bagi anda untuk mengontrol setiap asupan makanan yang akan konsumsi, aktifitas fisik dalam olahraga yang teratur menjadikan tubuh bereaksi lebih sensitif peka terhadap insulin, dan akan membuat kadar gula darah menjadi terlalu rendah dan keteraturan minum obat dilakukan untuk mengatasi kekurangan produksi insulin serta menurunkan resistensi insulin (PERKENI, 2019).

Cara untuk mengurangi resiko terjadinya komplikasi dan kekambuhan dari DM adalah dengan cara penerapan kepatuhan diet DM. penderita harus memperhatikan kepatuhan terhadap diet DM, karena salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah terjadinya komplikasi adalah dengan cara mematuhi diet (Simatupang, 2020).

Melakukan diet yang merupakan pengaturan pola makan yang tepat ditentukan dari 3J yaitu jadwal makan, jumlah makan, dan jenis makan. Dalam menjalankan terapi tersebut penderita diabetes melitus harus memiliki sikap yang positif Apabila penderita diabetes melitus memiliki sikap yang positif, maka dapat mendukung terhadap kepatuhan diet diabetes melitus itu sendiri (Sriwahyuni et al., 2021).

Diet tepat jumlah, jadwal dan jenis yang dimaksud adalah jumlah kalori yang diberikan harus habis, jangan dikurangi atau ditambah sesuai dengan kebutuhan jadwal diet harus sesuai dengan dengan intervalnya yang dibagi menjadi 6 waktu makan, yaitu 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan, jenis makanan yang manis harus dihindari karena dapat meningkatkan jumlah kadar gula darah. Melalui cara demikian diharapkan insiden diabetes melitus dapat ditekan serendah mungkin (Rahmawati, 2019).

Ketidakpatuhan diabetes mellitus terhadap diet dapat berdampak negatif terhadap kesehatannya. Jika makanan yang dikonsumsi tidak dikontrol, komplikasi-komplikasi diabetes melitus yang timbul misalnya pada mata, jantung, saraf dan dapat terjadi komplikasi yang akut seperti hipoglikemi dan ketoasidosis Diabetikum (KAD) dimana jika tidak segera ditangani komplikasi tersebut dapat membahayakan klien (Fauzia et al., 2017).

Diabetes bukan suatu penyakit yang ringan karena setiap tahun ada 3,2 juta kematian yang disebabkan langsung oleh Diabetes Melitus. Salah satu penyebab kematian diabetes melitus ini dikarenakan belum mematuhi diet diabetes (60%). Tidak mengurangi konsumsi makanan yang manis meskipun telah menggunakan gula pengganti, jarang mengonsumsi buah, tidak berolahraga dan tidak mengontrol berat badan (Purnama & Saleh, 2019).

Faktor yang mempengaruhi kepatuhan termasuk kepatuhan dalam melaksanakan program diet yaitu pemahaman tentang intruksi, kualitas interaksi, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien (Niven, 2016). Saat menjalankan diet diabetes dibutuhkan suatu keyakinan diri (*self efficacy*) dari seseorang untuk menjalankannya, jika pasien memiliki keyakinan bahwa dengan melakukan pengelolaan DM tipe 2 maka akan mampu mengontrol kondisi tetap stabil, dan merasa memiliki kemampuan untuk mengikuti program diet Diabetes Mellitus (Ningsih et al., 2018).

Peran perawat sangat penting dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien salah satunya adalah sebagai konselor untuk meningkatkan *self efficacy*. Peran perawat dalam hal ini sangat berpengaruh untuk mengubah perilaku pasien dengan meningkatkan keyakinan diri (*self efficacy*) untuk mematuhi diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Yartin et al., 2019).

Berdasarkan data laporan tahun 2024 di Rumah sakit RSUD dr. Rasidin Padang di dapatkan bahwa penyumbang penyakit terbanyak adalah Diabetes sebanyak 1557 orang (RSUD dr. Rasidin Padang, 2024). Rumah sakit RSUD dr. Rasidin Padang dengan jumlah pasien DM tipe 2 sebanyak 519 pasien berdasarkan rekap data rekam medis yang didapat peneliti maka dari April hingga Juni 2024.

Survey awal peneliti pada tanggal 14 Juni 2024 melalui wawancara langsung dengan 10 orang pasien yang berusia antara 35 – 65 tahun DM tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024 diperoleh hasil bahwa sebanyak 6 orang masih ada penderita Diabetes Melitus yang mengkonsumsi makanan pantangannya seperti sering melakukan makan lebih tiga kali setiap harinya,

setiap hari mengkonsumsi makanan berlemak, tidak pernah makan makanan yang sesuai anjuran dokter atau tenaga kesehatan dan selalu mengatakan berat untuk mengikuti jadwal aturan makan atau diet yang dianjurkan.

Dari 6 orang tersebut 5 orang mengatakan tidak yakin dalam melakukan tindakan yang baik melakukan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus sesuai jumlah, jenis dan jadwal. Kurang yakin setiap hari selalu makan sayur dan buah sesuai anjuran dokter, tidak memakai gula pengganti seperti gula jagung pada saat ingin mengkonsumsi minuman atau makanan yang manis dan diet yang dianjurkan terasa berat bagi saya. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul Hubungan *Self Efficacy* dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi *self efficacy* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.
- c. Diketahui distribusi frekuensi hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti sendiri tentang riset dan metodologi penelitian tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan perbandingan atau data dasar bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan masalah yang sama dengan variabel yang berbeda.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan gambaran kepada pasien bahwa perlu mempunyai keyakinan dalam dirinya untuk melakukan diet diabetes mellitus tipe 2.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai bahan untuk menambah pengetahuan dan informasi bagi profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan secara mandiri dan optimal bagi pasien diabetes mellitus tipe 2 untuk meningkatkan *self efficacy* dan kepatuhan diet.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional*. Variabel independen (*self efficacy*) dan variabel dependen (kepatuhan diet). Penelitian ini telah dilaksanakan di RSUD dr. Rasidin Padang pada bulan Juni – Agustus 2024, pengumpulan data dilakukan selama 6 hari dari tanggal 26 – 30 Agustus tahun 2024 dengan menggunakan kuesioner. Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024 berjumlah 1557 orang dengan sampel 43 orang. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Analisa data menggunakan analisa unvariat dan bivariat. Uji statitsik yang digunakan uji *Chi Square* dengan *pvalue* = 95%.