

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup yang tidak sehat merupakan penyebab angka penyakit di dunia, termasuk diabetes mellitus merupakan ancaman utama bagi masyarakat yang dapat menyebabkan komplikasi sakit jantung, obesitas dan hipertensi bahkan kematian. Salah satu jenis diabetes yang paling umum adalah diabetes mellitus tipe 2 yang mempengaruhi 90% populasi dunia sebagai akibat dari pilihan gaya hidup yang tidak sehat Elisabeth et al., (2024)

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2020, diabetes melitus adalah suatu kondisi serius dan kronis yang terjadi karena pankreas tidak dapat menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah, yaitu glukosa), atau ketika tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin tersebut dengan efektif. Diabetes melitus terbagi menjadi beberapa jenis, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM Gestasional, dan DM tipe lainnya Nurjannah MA et al., (2024). Menurut WHO (2020), diabetes mellitus tipe 2 umumnya menyerang orang dewasa akibat gaya hidup yang tidak sehat.

Penerapan gaya hidup sehat, seperti pola makan yang teratur (meliputi jumlah, jenis, dan jadwal) serta aktivitas fisik yang baik, memiliki pengaruh signifikan dalam menurunkan risiko terjadinya diabetes tipe 2. Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* (IDF), jumlah penderita diabetes di kalangan penduduk berusia 20-79 tahun menunjukkan 10 negara dengan kasus tertinggi, termasuk Tiongkok, India, Pakistan, Amerika Serikat, Indonesia,

Brazil, Meksiko, Bangladesh, Jepang, dan Mesir. Indonesia berada di peringkat kelima dengan 19,47 juta IDF (2021).

Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, DM semakin umum di masyarakat. menunjukkan bahwa prevalensi DM di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter telah meningkat, naik dari 1,5% pada tahun 2018 menjadi 1,7% pada tahun 2023 untuk semua kelompok usia, dan dari 2,0% pada tahun 2018 menjadi 2,2% pada tahun 2023 untuk kelompok usia lebih dari 15 tahun.

Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2023 menunjukkan bahwa jumlah penderita DM di Sumatera Barat terus meningkat. Pada tahun 2021, mereka mencapai 39.922 orang, naik menjadi 48.616 orang pada tahun 2022, dan naik lagi menjadi 52.355 orang pada tahun 2023. Dalam laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat ini, Kota Padang mencatat sebagai kota dengan jumlah kasus DM tertinggi diantara kabupaten/kota lainnya.

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024 , tiga puskesmas dengan jumlah penderita DM terbanyak terletak di Puskesmas Belimbing, Puskesmas Lubuk Buaya, dan Puskesmas Lubuk Begalung. Dari ketiga puskesmas tersebut, Puskesmas Belimbing merupakan puskesmas yang banyak penderita DM. Diabetes Mellitus merupakan ancaman serius bagi kesehatan masyarakat dan pertumbuhan ekonomi nasional Suryanti (2021).

Tingginya kasus Diabetes Mellitus tipe 2 ini disebabkan akibat beberapa faktor risiko kejadian Diabetes Mellitus. Faktor risiko ini terkelompok menjadi

dua kategori, yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak bisa dimodifikasi, seperti usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan ras/etnis. Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi atau diubah sangat berhubungan dengan gaya hidup yang tidak baik, seperti aktivitas fisik yang kurang, obesitas, hipertensi, pola makan buruk, dislipidemia dan kebiasaan merokok Nurjannah MA & Veridiana NN (2024).

Diabetes Mellitus tipe 2 mungkin tidak memiliki gejala dalam keadaan tertentu. Komplikasi pada penyakit Diabetes Mellitus itulah yang dapat menyebabkan munculnya gejala tambahan Hendrawan et al (2023). Terdapat dua jenis komplikasi: komplikasi metabolik akut seperti hipoglikemia dan krisis hiperglikemia, serta komplikasi vaskular jangka panjang seperti makroangiopati dan mikroangiopati Sulastri (2022). Komplikasi dari penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 dapat berupa gangguan pada penglihatan, kerusakan ginjal, kerusakan-kerusakan sistem saraf dan penyakit lainnya seperti kardiovaskuler, stroke, dan penyakit vaskuler perifer (Kemenkes RI, 2019).

Penatalaksanaan Diabetes Mellitus terbagi menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan tersebut dilakukan untuk pengelolaan dalam mengontrol penyakit diabetes mellitus dapat dilakukan dengan cara menjalankan kepatuhan diet/pola makan, olahraga, ketepatan pengobatan, rutin berobat dan pengawasan metabolik secara teratur. Salah satu kunci keberhasilan bagi penderita diabetes mellitus dalam penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus yaitu kepatuhan dalam mengontrol pola makan PERKENI (2020).

Pola makan adalah suatu bentuk gambaran informasi khusus mengenai jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi setiap harinya oleh seseorang ataupun kelompok masyarakat tertentu. Kemenkes RI (2019). Pola makan yang tidak teratur menjadi factor yang sangat berperan terhadap kejadian diabetes mellitus, dikarenakan semakin tidak teratur pola maknnya maka akan semakin memungkinkan orang untuk mengalami kejadian diabetes. Eltrikanawati T (2020). Dampak dari pola makan tidak sehat menyebabkan peningkatan kadar gula darah dan memperburuk kondisi kesehatan pasien atau mempercepat terjadinya komplikasi seperti penurunan fungsi ginjal.

Pola makan yang dibutuhkan oleh penderita diabetes melitus menyesuaikan dengan kebutuhan kalori yang dibutuhkan oleh penderita diabetes mellitus. Pengaturan adalah kandungan, kuantitas, dan waktu asupan atau 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) makanan yang diatur pada pola makan agar penderita diabetes melitus memiliki badan yang ideal. Penderita diabetes melitus tipe 2 harus menerapkan pola makan seimbang untuk menyesuaikan glukosa yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui pola makan yang sehat. Keberhasilan dalam melakukan kepatuhan pola makan tergantung pada perilaku penderita diabetes melitus tipe 2 dalam menjalani kepatuhan pola makan yang diberikan oleh dokter .Rahmatiah et al (2022)

Selanjutnya penatalaksanaan dalam pengelolaan dan mengontrol diabetes mellitus adalah terapi farmakologis. Pengobatan hipoglikemik oral Diabetes Mellitus tipe 2 bertujuan untuk memaksimalkan pengobatan dan kualitas hidup penderita (Wahyuningrum et al., 2019). Keberhasilan pengobatan tidak hanya

terletak pada ketepatan diagnosis, pemilihan dan pemberian obat yang tepat, tetapi faktor penentu keberhasilan adalah kepatuhan dalam minum obat (Ningrum, 2020).

Kepatuhan minum obat adalah perilaku disiplin mematuhi anjuran petugas kesehatan dalam mengkonsumsi obat dengan tepat waktu dan sesuai dengan ketepatan obat tanpa adanya paksaan (Fandinata dan Ernawati, 2020). Faktor penyebab masalah ketidakpatuhan minum obat berkaitan dengan kualitas hidup Diabetes Mellitus yaitu persoalan ekonomi, efek samping obat dan susah menjalankan pengobatan (PERKENI, 2021).

Pasien yang patuh minum obat memiliki kadar gula darah yang normal dan pasien yang tidak patuh minum obat memiliki kadar gula darah yang tinggi (Amir, Wungouw, & Pangemanan, 2020). Jika pasien tidak patuh minum obat akan berdampak meningkatkan resiko komplikasi dan bertambah parahnya penyakit. Kepatuhan pasien sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan terapi diabetes mellitus dan berperan penting dalam menstabilkan kadar gula darah (Rismawan et al., 2023).

Kadar gula darah adalah gula yang terdapat dalam darah yang berasal dari karbohidrat dalam makanan dan dapat disimpan dalam bentuk glikogen di dalam hati dan otot rangka. Kadar gula darah yaitu jumlah glukosa yang beredar di dalam darah. Kadarnya dipengaruhi oleh berbagai macam enzim dan hormone yang paling penting adalah hormone insulin. Factor yang mempengaruhi dikeluarkan insulin adalah makanan yang berupa glukosa, manosa dan stimulasi vagal obat golongan. Nilai normal glukosa dalam darah adalah 3,5-5,5 mmol/L.

dalam keadaan normal, kadar gula darah saat berpuasa berkisar 80 mg/dl-120mg/dl, sedangkan satu jam sesudah makan akan mencapai 170 mg/dl dan dua jam sesudah makan akan turun hingga mencapai 140 mg/dl (Suryati, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rismawan et al., (2023) tentang hubungan kepatuhan minum obat terhadap kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Mengungkapkan bahwa ada hubungan kepatuhan minum obat terhadap kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan minum obat penderita diabetes mellitus tipe 2 pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 27 responden (47,4%). Kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 sebagian besar berada pada rentang normal yaitu 36 responden (63,2%), dan juga ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat terhadap kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 ($p < 0,001$).

Hasil penelitian yang dilakukan Rohmi Fahil et al., (2022) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tipe 2 di poli penyakit dalam Rumah Sakit Sansani Pekanbaru menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kategori baik sebanyak 30 orang (43,5%), responden dengan kepatuhan diet kategori tidak patuh sebanyak 41 orang (59,4%), responden dengan kadar gula darah kategori normal yaitu sebanyak 31 orang (63,8%), dan ada hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah responden secara signifikan, dimana $P \text{ value} \leq 0,05$ yaitu 0,000.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alianatasya N & Khoiroh S., (2020) tentang “Hubungan Pola Makan Dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah Pada Penderita Dm Tipe 2” menunjukkan 90 responden. 54 responden memiliki pola makan yang tidak baik, sedangkan 36 responden memiliki pola makan tidak baik. Sedangkan 59 responden memiliki kontrol baik, 16 dengan kontrol sedang, dan 15 dengan kontrol buruk. Hasilnya menunjukkan ada hubungan bermakna antara pola makan dengan terkendalinya kadar gula darah dengan nilai $p \text{ value } 0,002 \leq \alpha (0,05)$.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas Belimbing Padang jumlah pasien diabetes mellitus tahun 2024 sebanyak 1058 pasien sedangkan jumlah 2 bulan terakhir sebanyak 197 pasien yang berkunjung. Peneliti melakukan survey awal dengan cara pengisian kuesioner terhadap 10 responden diperoleh 7 orang pola makannya kurang baik yaitu sering mengonsumsi makanan manis dan sering makan diselingi dengan cemilan. Dan dari 10 responden terdapat 5 orang bahwa kepatuhan minum obat yang rendah karena lupa minum obat dan mengurangi minum obat tanpa memberitahu dokter karena merasa kondisi lebih baik. Dan 10 responden terdapat 8 orang yang kadar gula darahnya $>200 \text{ mg/dl}$.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Padang 2025?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Padang.

2. Tujuan Khusus:

- a. Diketahui distribusi frekuensi pola makan darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan minum obat pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing.
- c. Diketahui distribusi frekuensi kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing.
- d. Diketahui distribusi frekuensi hubungan pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing.
- e. Diketahui distribusi frekuensi hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Menambah pengetahuan mengenai pentingnya pola makan dan kepatuhan minum obat pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di puskesmas Belimbing Padang , khususnya dalam mengontrol kadar gula darah.

2. Manfaat Praktis:

- a. Bagi Institusi Pendidikan: hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu dan menjadikan sebagai sumber bacaan dan referensi bagi mahasiswa program studi keperawatan di Universitas Alifiah Padang, khususnya yang akan melakukan penelitian ini terkait hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di puskesmas Belimbing.
- b. Bagi Institusi Kesehatan: hasil penelitiannya ini dapat dijadikan untuk bahan pertimbangan dan masukan mengenai pentingnya edukasi tentang hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di puskesmas Belimbing.

3. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Tahun 2025. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dengan desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional Variable independen pada penelitian ini adalah pola makan dan kepatuhan minum obat dan variable dependenn adalah kadar gula darah.

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Belimbing Padang pada Maret-Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah penderita diabetes mellitus yang datang berkunjung ke Puskesmas Belimbing Padang pada 2 bulan terakhir Desember 2024- Januari 2025 berjumlah 197 pasien, sehingga sampel yang diperoleh dengan rumus *Slovin* berjumlah 66 orang.

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Data pola makan dan kepatuhan minum obat dikumpulkan melalui kuesioner dengan melakukan penyebaran langsung kepada responden. Analisa data dilakukan dengan dengan univariat dan bivariate yaitu distribusi frekuensi sedangkan analisa bivariate dengan menggunakan *chi square* $p \leq 0,05$.

