

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) yaitu penyakit metabolik berupa kumpulan gejala akibat meningkatnya jumlah kadar gula dalam darah (hiperglikemia) yang disebabkan karena kelainan sekresi pada insulin, kerja insulin atau bahkan keduanya. Hiperglikemia menyebabkan gula darah menjadi tertumpuk di dalam darah sehingga gagal untuk masuk ke dalam sel. Kegagalan itu akibat dari berkurangnya jumlah hormon insulin atau bahkan cacat fungsi insulin. DM tipe 2 merupakan DM yang disebabkan karena penurunan jumlah insulin yang di produksi (Natalansyah, Dewi Fitriyani, 2020)

Pada tahun 2021 menurut data International Diabetes Federation (IDF) mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia Tiongkok menjadi negara dengan jumlah orang dewasa pengidap diabetes terbesar di dunia. 140,87 juta penduduk Tiongkok hidup dengan diabetes pada 2021. India tercatat memiliki 74,19 juta pengidap diabetes, Pakistan 32,96 juta, dan Amerika Serikat 32,22 juta. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta. Dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. IDF mencatat 4 dari 5 orang pengidap diabetes (81%) tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah. Ini juga yang membuat IDF memperkirakan masih ada 44% orang dewasa pengidap diabetes yang belum didiagnosis. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik..

Penderita DM di Indonesia menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2021 angka kejadian DM di Indonesia mencapai hingga 21,3 juta jiwa. Menurut data dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah angka kejadian DM di tahun 2021 sebesar 16,42 % dari keseluruhan jumlah penduduk Jawa Tengah. Prevalensi angka DM 2021 sebesar 647.093 kasus diabetes. Data Pelayanan Kesehatan Penderita Diabetes Melitus (DM) Menurut Kecamatan Dan Puskesmas Kabupaten Batang Tahun 2023 jumlah penderita diabetes Melitus di Puskesmas Wonotunggal mencapai 95 pasien. Data rekam medik Puskesmas Wonotunggal Kabupaten Batang selama periode Januari sampai Juni 2024 terdapat penambahan 7 pasien.

Diabetes melitus dapat disebut sebagai *silent killer* karena dapat menimbulkan berbagai komplikasi bagi penderitanya. Berbagai faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2, antara lain lama menderita diabetes, obesitas, aktivitas fisik, jenis latihan jasmani, frekuensi latihan jasmani, kepatuhan diet, kepatuhan minum obat, dukungan keluarga, dan motivasi (Rahayu, Saraswati dan Setyawan, 2018). Diabetes melitus tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan melalui 6 pilar penatalaksanaan diabetes mellitus yaitu edukasi (konseling), kepatuhan diet, aktifitas fisik, obat-obatan, Pemantauan Kesehatan dan Manajemen Stres (Magfiroh et al., 2023).

Manajemen Diabetes Melitus pada umumnya melalui pendekatan pengobatan. Tujuan umum pengobatan Diabetes Melitus adalah mengendalikan kadar gula darah dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Selain pengobatan juga harus dilakukan pengaturan diet. Diabetes Melitus di dalam melaksanakan diet harus memperhatikan 3 J, yaitu Jumlah kalori yang dibutuhkan, Jadwal makanan yang harus diikuti, dan Jenis makanan yang harus diperhatikan.

Penderita mengatakan bahwa penyakitnya terjadi akibat pola makan yang kurang teratur, stress yang berlebihan, bawaan dari keturunan kedua orang tuanya, sering tidur di pagi hari, serta ada yang tidak mengetahui bahwa dirinya terkena Diabetes Melitus. Diet bertujuan untuk mencegah terjadinya komplikasi DM, tetapi dalam prosesnya kemampuan untuk melaksanakan diet merupakan tantangan besar bagi penderita untuk mencapai kualitas hidup yang lebih sehat lagi. Sebagian penderita DM mengeluh karena merasa bosan melaksanakan diet DM secara terus menerus, namun ada pula sebagian pasien sudah mengetahui akan pentingnya melakukan diet DM, tapi pasien sengaja melanggar, karena pasien beranggapan hal tersebut dapat di atasi cukup dengan minum obat saja (Ramadhina et al., 2022).

Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit DM. Rendahnya kepatuhan pasien Diabetes Mellitus dalam menjalani pengobatan dapat menyebabkan kadar gula darahnya tidak normal dan jika dibiarkan terus menerus akan menyebabkan pengaruh buruk pada kesehatan dengan demikian dibutuhkan kepatuhan pasien dalam pengobatan untuk mengurangi kadar gula darah, sehingga dukungan keluarga sangat besar pengaruhnya terhadap peningkatan harga diri pasien, karena dengan dukungan keluarga, pasien akan merasakan perhatian, kasih sayang dan perhatian dari keluarganya, serta menerima penyakit yang mempengaruhi harga diri dengan lebih ikhlas dan aktif, sehingga menyembuhkan dan mengobati pasien akan lebih baik. Dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan

penghargaan (Nugraheni et al., 2024)

Kepatuhan diet pada pasien diabetes sangat dipengaruhi oleh pemahaman pasien tentang penyakit, kebiasaan makan, ketersediaan makanan sehat, dukungan psikologis, dan kondisi keuangan. Dukungan keluarga menjadi sangat penting karena dapat memberikan dorongan emosional, memastikan makanan yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan diet, serta membantu mengurangi rasa kesepian yang mungkin dirasakan pasien. Keluarga juga dapat berperan sebagai pengingat untuk mematuhi diet dan pengobatan, serta membantu mengatasi berbagai hambatan praktis dalam menjalankan diet, sehingga meningkatkan keberhasilan pengelolaan diabetes secara keseluruhan (Irawati, Popy, 2020).

Kepatuhan diet sangat penting bagi pasien diabetes karena diet yang tepat adalah kunci utama dalam mengendalikan kadar gula darah dan mencegah komplikasi serius. Mematuhi diet berarti mengikuti dengan konsisten rencana makan yang direkomendasikan, termasuk jenis, porsi, dan jadwal makan yang sesuai. Ketika pasien diabetes tidak mematuhi diet, kadar gula darah pasien bisa naik atau turun drastis, yang dapat menyebabkan komplikasi seperti kerusakan saraf, penyakit jantung, dan gangguan ginjal. Oleh karena itu, menjaga kepatuhan diet membantu pasien diabetes untuk mengelola kondisi pasien secara efektif dan meningkatkan kualitas hidup (Sa'adah et al., 2023).

Pasien diabetes tidak mematuhi diet yang telah ditetapkan, dampaknya bisa sangat serius, termasuk peningkatan risiko hiperglikemia (kadar gula darah tinggi) atau hipoglikemia (kadar gula darah rendah), yang keduanya dapat menyebabkan komplikasi berbahaya. Ketidakpatuhan juga dapat mempercepat

kerusakan pada organ penting seperti jantung, ginjal, dan mata, serta memperburuk resistensi insulin, membuat pengelolaan gula darah semakin sulit. Selain itu, kualitas hidup pasien bisa menurun drastis, dengan gejala seperti kelelahan, infeksi yang sering terjadi, dan luka yang sulit sembuh. Oleh karena itu, mematuhi diet sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mencegah komplikasi serius pada pasien diabetes (Berutu et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian DEWI (2023) dengan hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden mayoritas berjenis kelamin laki-laki, berusia 28-38 tahun, dan banyak yang bekerja sebagai wiraswasta. Mayoritas dukungan keluarga baik, Mayoritas patuh diet. Terdapat korelasi antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet dengan nilai $p\text{-value} = 0,002 < \alpha(0,05)$, dengan nilai *Coefficient Correlation* sebesar 0,447 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan signifikan antara hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Sukawati II dengan tingkat kekuatan hubungan sedang. Dengan adanya dukungan keluarga, anggota keluarga yang menderita DM termotivasi menjalani pengobatan atau terapi

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Pitoy et al.,(2023) dengan hasil Ditemukan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori dukungan keluarga baik dengan jumlah 67 (71,3%) responden dan memiliki kepatuhan diet DM dalam kategori patuh dengan jumlah 59 (62,8%) responden. Lebih lanjut, hasil analisis bivariate menggunakan rumus Spearman's rho sebesar 0,271 menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang lemah antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet DM. Hubungan ini tidak cukup kuat untuk dianggap signifikan

dari segi statistik atau praktis..

Hasil studi pendahuluan pada 10 pasien dengan metode wawancara dan observasi menunjukkan adanya masalah dengan variabel dukungan yang memengaruhi kepatuhan diet. Hasil yang didapatkan menunjukkan sebanyak 4 pasien (40%) mengatakan mendapatkan dukungan penuh dari keluarga. Hal ini dibuktikan dengan keluarga yang secara bergantian mengantar dan menunggu pasien ketika periksa. Selain itu, keluarga juga mengatakan untuk minum obat secara teratur dan patuh diet, yang dapat dideskripsikan melalui indikator seperti keteraturan terhadap jadwal makan, pemilihan jenis makanan sesuai anjuran, kepatuhan terhadap porsi makanan yang direkomendasikan, keteraturan dalam mengonsumsi obat pendukung diet, monitoring dan evaluasi kesehatan secara berkala, konsistensi pasien dalam mematuhi diet meskipun tanpa pengawasan, serta dukungan keluarga dalam membantu menyediakan makanan yang sesuai, mengingatkan jadwal makan, dan memberi motivasi. Pasien juga tampak lebih tenang, meskipun kelihatan lemas. Sedangkan sebanyak 6 pasien (60 %) mengatakan kurang mendapatkan dukungan keluarga antara lain dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional. Dukungan dari keluarga itu seperti jarang di tegur, di tanyain kabar dan kondisi pasien karena anggota keluarganya sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Walaupun tinggal bersama tetapi waktu untuk berkumpul bersama keluarga sangat jarang. Keluarga hanya memberikan dana untuk pengobatan selama menjalani perawatan dan pasien disuruh berobat sendiri atau sama tetangga yang untuk mengantar periksa pasien tampak lemas dengan di tunjukan

dengan wajah yang lemas pasien menjawab sekata demi kata dan enggan memandang peneliti ketika di tanya dan gelisah karena takut dengan komplikasi dari penyakit diabetes melitus, gula darah yang terlalu tinggi.. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Wonotunggal ”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan keluarga mempengaruhi kesehatan mental orang dengan penyakit kronis seperti diabetes melitus terutama kepatuhan diet pasien. Maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah Adakah Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Wonotunggal?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Wonotunggal

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik umur, pendidikan terakhir, status pekerjaan pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Wonotunggal
- b. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas wonotunggal
- c. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus di

wonotunggal

- d. Menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet
Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Wonotunggal

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Puskesmas Wonotunggal

Sebagai acuan dalam memberikan pelayanan yang bermutu bagi masyarakat sehingga dapat dijelaskan ke masyarakat selain dengan medis dukungan keluarga juga merupakan peran penting kesembuhan pasien.

2. Manfaat bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun materi pembelajaran kepada mahasiswa agar selain menggunakan ilmu medis juga dapat memahami peran penting keluarga dalam penyembuhan penyakit yang dialami pasien.

3. Manfaat bagi penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk melaksanakan dan mengembangkan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini juga dapat menjadi motivasi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Wonotunggal

4. Manfaat bagi peneliti

Agar peneliti dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan sebagai seorang perawat sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan yang tepat pada pasien.

5. Manfaat bagi pasien / masyarakat

Memperoleh pengetahuan tentang diabetes melitus serta meningkatkan kemandirian dan pengalaman dalam menolong diri sendiri serta sebagai acuan bagi keluarga untuk memberikan dukungan sepenuhnya demi kesembuhan anggota keluarga yang sakit.

