

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah akibat tubuh tidak dapat memproduksi atau menggunakan insulin secara efektif. Menurut data dari International Diabetes Federation (IDF), jumlah penderita DM di dunia mencapai 425 juta orang pada tahun 2017 dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 629 juta orang pada tahun 2045 (Lailasari et al., 2022). Data Internasional diabetes federation (IDF) tahun 2019 juga menyebutkan bahwa Indonesia menempati peringkat ke-7 dunia dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 10,7 juta orang pada tahun 2019 (Ayu & Dewi, 2021).

Salah satu dari tiga penyakit non-kronis yang harus menjadi prioritas utama para pemimpin dunia adalah diabetes melitus tipe 2 (T2DM), sebuah penyakit metabolik. Prevalensi diabetes tipe 2 di seluruh dunia pada tahun 2021 adalah 537 juta orang. Angka ini diprediksi akan mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (International Diabetes Federation, 2021). Indonesia merupakan salah satu negara di Asia Tenggara yang memiliki prevalensi diabetes terbanyak yaitu pada peringkat 7 dari 10 negara (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Prevalensi diabetes melitus telah meningkat menjadi 8,5% (PERKENI, 2021). Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan, prevalensi diabetes melitus (DM) pada semua usia

penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada 2023. Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2021, diabetes melitus menyumbang 10,7% dari seluruh penyakit tidak menular, yang merupakan urutan kedua setelah hipertensi. Prevalensi diabetes melitus di Jawa Tengah cenderung meningkat, data survei kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan prevalensi penderita DM di Jawa Tengah sebesar 11,7%. Penderita diabetes melitus di Kabupaten Semarang 27,2% sebanyak 4.554 penderita atau 1,85% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2021).

Kepatuhan pasien terhadap program pengobatan yang diberikan merupakan hal yang sangat penting dalam pengelolaan DM. Diet dan olahraga merupakan komponen utama dalam pengelolaan DM yang dapat membantu menurunkan kadar gula darah serta mencegah komplikasi akut maupun kronis. Komplikasi yang sering terjadi jika DM tidak dikelola dengan baik adalah komplikasi makrovaskuler seperti penyakit jantung, stroke, dan komplikasi mikrovaskuler seperti neuropati, retinopati, dan nefropati. Rendahnya kepatuhan pasien terhadap regimen pengobatan sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup penderita DM. Kepatuhan diet pada penderita DM sangat penting dalam mengendalikan kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Tingkat kepatuhan diet yang baik akan berdampak pada kontrol kadar gula darah yang lebih baik dan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Namun demikian, masih banyak penderita DM yang belum patuh terhadap program diet yang dianjurkan. Salah satu tantangan penting dalam penanganan diabetes adalah kepatuhan pasien terhadap diet yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan diet pasien diabetes melitus ini dapat dipengaruhi oleh

berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan, dukungan sosial, motivasi diri, serta akses ke pelayanan kesehatan (Arfania et al., 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kepatuhan diet memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus (Ayu & Dewi, 2021; Lailasari et al., 2022).

Penyakit kronis seperti diabetes, kepatuhan terhadap pengobatan sangat penting. Kepatuhan dapat didefinisikan sebagai sejauh mana perilaku seseorang sesuai dengan modifikasi gaya hidup yang ditentukan dan skema pengobatan yang diresepkan oleh praktisi medis (Horne et al., 2005). Ketidakpatuhan dikaitkan dengan peningkatan mortalitas dan morbiditas, perkembangan komplikasi, hasil penyakit yang tidak menguntungkan, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Selain tes laboratorium berulang dan kunjungan dokter, hal ini meningkatkan kemungkinan rawat inap, kecacatan, dan kematian dini, yang semuanya memiliki dampak ekonomi (Jimmy & Jose, 2011)..

Populasi pasien yang beragam, kondisi penyakit, dan skema pengobatan menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam hal kepatuhan. Tingkat ketidakpatuhan terhadap pengobatan untuk penyakit akut mencapai 25%, sedangkan untuk kondisi kronis seperti diabetes, angka tersebut melebihi 50%. Diagnosis dini, akses dan kepatuhan terhadap pengobatan, dan kepatuhan terhadap rekomendasi modifikasi gaya hidup sehat-khususnya, pola makan yang sehat dan aktivitas fisik yang teratur-sangat penting untuk menunda perkembangan penyakit (Jimmy & Jose, 2011).

Diabetes melitus adalah kondisi seumur hidup yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pasiennya. Menurut American Diabetes Association (2020), kualitas hidup seseorang ditentukan oleh bagaimana mereka memandang posisi mereka dalam budaya dan sistem nilai di mana mereka tinggal serta bagaimana mereka berhubungan dengan sasaran, norma, ekspektasi, dan perhatian mereka. Pasien dengan atau tanpa masalah dapat mengalami penurunan kualitas hidup sebagai akibat dari diabetes mellitus. Sikap pasien terhadap kehidupan mereka secara umum dan kehidupan mereka dengan diabetes secara khusus dapat digunakan untuk memahami kualitas hidup mereka.

Diabetes mellitus secara signifikan berdampak pada kualitas hidup melalui terapi farmakologis, pembatasan diet, pemantauan gula darah, kekhawatiran tentang hipoglikemia atau hiperglikemia, ketakutan akan komplikasi, dan potensi timbulnya disfungsi seksual, terutama mempengaruhi wanita dan mereka yang memiliki komorbiditas (Ghimire et al., 2024). Pembatasan diet sangat penting untuk kontrol metabolisme, seringkali mengakibatkan perubahan gaya hidup yang dapat mempengaruhi interaksi sosial dan kesejahteraan emosional. Pasien melaporkan bahwa kebutuhan konstan untuk memantau kadar glukosa mereka dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih rendah (Mahmadiariska et al., 2024), sebaliknya strategi manajemen diri yang efektif dapat meningkatkan kualitas hidup dengan memberdayakan pasien untuk mengendalikan kesehatan mereka, berpotensi mengurangi dampak negatif diabetes.

Kepatuhan diet yang baik akan berdampak pada kontrol kadar gula darah yang lebih baik, sehingga dapat mencegah atau mengurangi komplikasi yang dapat

mempengaruhi kualitas hidup penderita. Meskipun kepatuhan terhadap pola diet yang disarankan merupakan komponen utama dalam pengelolaan diabetes melitus (DM), tingkat kepatuhan pasien sering kali rendah di berbagai populasi. Studi sebelumnya melaporkan bahwa hanya sebagian kecil pasien DM yang mampu mengikuti panduan diet secara konsisten, terutama di negara berkembang yang menghadapi tantangan tambahan seperti keterbatasan akses terhadap makanan sehat dan kurangnya edukasi gizi. Rendahnya kepatuhan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pemahaman tentang pentingnya diet, hambatan ekonomi, serta kebiasaan dan preferensi makanan yang sulit diubah (Dorothy et al., 2024). Menurut penelitian Wisudawati et al., (2023), 10 dari 50 responden yang mempraktikkan manajemen diet mandiri melaporkan memiliki kualitas hidup yang sedang. Hal ini dikarenakan, meskipun tidak ada pemantauan, pengelolaan diet secara mandiri telah menjadi kebiasaan. Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang tahun 2018 menunjukkan jumlah kasus diabetes melitus tipe II sebesar 4250 kasus. Tahun 2024 di RSUD dr. Gondosuwarno Ungaran pada bulan januari sampai Desember 2024 menunjukkan rata-rata pasien rawat jalan diabetes melitus sebanyak 1202 orang.

Pasien DM harus menjalani penyesuaian gaya hidup seperti waktu dan jenis makanan, olahraga teratur, pengobatan harian, pemantauan glukosa darah, dll., hal ini memberikan tuntutan yang unik bagi individu dan keluarga, (Rajasekharan et al., 2015) yang mempengaruhi kualitas hidup mereka. Penelitian lain, pasien DM ditemukan memiliki kualitas hidup yang buruk secara keseluruhan (Khajebishak et al., 2021). Penurunan kualitas hidup pada pasien DM dapat menyebabkan

ketidaknyamanan, kecemasan, rasa sakit yang lebih parah, gangguan kontrol glikemik, kehilangan kemandirian, kehilangan fungsi tubuh, kematian dini, dan stres pada keluarga (Grant et al., 2006). Kualitas hidup merupakan konsep yang luas dan multi-dimensi, termasuk kesehatan fisik, mental, dan sosial yang baik serta kepuasan terhadap keadaan hidup (Monshikarimi et al., 2020). Menurut penelitian, pasien diabetes memiliki kualitas hidup yang buruk (Sothornwit et al., 2018).

Temuan dari studi pendahuluan yang dilakukan di poli rawat jalan RSUD dr. Gondosuwarno Ungaran pada 10-15 November 2024, dengan menggunakan kuesioner dasar untuk menilai kepatuhan diet dan kuesioner WHO *Quality of Life* untuk mengukur kualitas hidup pada 10 orang pasien DM, ditemukan enam orang yang memiliki kualitas hidup yang kurang baik, yang meliputi perasaan kesepian, cemas, kurangnya waktu luang, serta ketidakpuasan terhadap tidur dan harga diri. Dan menemukan bahwa empat di antaranya tidak patuh: mereka masih sering makan makanan cepat saji, hampir tidak pernah makan buah dan sayur, sering terlambat makan, sering makan makanan asin, dan tidak pernah menggunakan gula alternatif. Dua di antaranya telah menggunakan gula pengganti, makan tepat waktu, dan tidak pernah makan lebih dari tiga kali sehari. Empat responden melaporkan memiliki kualitas hidup yang baik: mereka puas dengan kesehatan mereka, sering melakukan aktivitas fisik dan bersosialisasi, puas dengan layanan kesehatan yang mereka terima, tidak mengalami kesepian atau kecemasan, dan dua responden melaporkan makan tidak lebih dari tiga kali sehari, menggunakan pengganti gula, dan makan tepat waktu. Dua responden melaporkan sering mengonsumsi makanan

dan minuman manis, makan lebih dari tiga kali sehari, dan sering tidak makan tepat waktu.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Gondosuwarno Ungaran, pasien diabetes melitus tipe 2 pada dasarnya membutuhkan perawatan jangka panjang yang membutuhkan perhatian, terutama dorongan untuk minum obat sesuai resep, serta perubahan diet untuk memaksimalkan efektivitas pengobatan. Rumusan dalam penelitian ini apakah ada hubungan untuk melakukan penelitian kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita DM di Rumah Sakit dr Gondo Suwarno Ungaran?

B. Rumusan Masalah

Diabetes melitus adalah kelainan kesehatan yang dicirikan oleh peningkatan kadar gula darah, yang dapat menyebabkan komplikasi akut atau kronis. Hal ini secara signifikan memengaruhi kualitas hidup pasien, mempengaruhi kemampuan fungsional, kecacatan, dan kecemasan. Untuk meningkatkan kualitas hidup, pasien Diabetes Melitus harus mematuhi diet harian yang ketat, termasuk perawatan anti-diuretik atau insulin, dan menjaga tingkat kesehatan yang optimal. Di RSUD Gondo Suwarno Ungaran dari 10 orang penderita DM, enam pasien diabetes memiliki kualitas hidup yang buruk, termasuk perasaan kesepian, cemas, kurangnya waktu luang, dan ketidakpuasan dengan tidur dan harga diri. Empat pasien melaporkan kualitas hidup yang baik, sementara dua pasien melaporkan sering mengonsumsi makanan manis dan tidak makan tepat waktu. Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas dapat disusun rumusan masalah penelitian yaitu: apakah ada

hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita diabetes militus di RS Gondo Suwarno Ungaran?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita diabetes militus di RS Gondo Suwarno Ungaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan umur, jenis kelamin, pendidikan dan penghasilan penderita diabetes melitus di RS Gondo Suwarno Ungaran.
- b. Mendeskripsikan kepatuhan diet pada penderita diabetes militus di RS Gondo Suwarno Ungaran.
- c. Mendeskripsikan kualitas hidup pada penderita diabetes militus di RS Gondo Suwarno Ungaran.
- d. Menganalisis hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita diabetes militus di RS Gondo Suwarno Ungaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini diharapkan akan mengarah pada penyediaan asuhan keperawatan terbaik dalam hal mendidik pasien diabetes mellitus tentang pentingnya kepatuhan diet untuk kualitas hidup mereka.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa yang mengalami kesulitan belajar sebagai sumber referensi tentang kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes melitus dengan memberikan berbagai informasi dan contoh.

3. Bagi Masyarakat

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman masyarakat mengenai kepatuhan diet dan kualitas hidup dalam mengelola diabetes melitus untuk mencegah masalah yang lebih serius.



