

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Diabetes Melitus lebih dikenal sebagai penyakit yang membunuh manusia secara diam-diam atau “*silent killer*”. Diabetes melitus terbagi 3 yaitu tipe 1 (*Insulin Dependent Diabetes Melitus* atau *IDDM*), DM tipe 2 (*Non-Insulin Dependent DM* atau *NIDDM*), DM gestasional. Diabetes melitus tipe II merupakan suatu penyakit metabolik yang mempunyai karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena disebabkan oleh gangguan sekresi insulin, penurunan kerja insulin atau akibat dari keduanya (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 *International Diabetes Federation* (2020) prevalensi penderita DM tipe 2 di seluruh dunia mencapai 463 juta dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 578 juta di tahun 2030 hingga 700 juta di tahun 2045. Peningkatan prevalensi DM tipe 2 terutama terjadi di negara *Low-*

*middle income* (berpendapatan menengah kebawah), salah satunya Indonesia yang masuk ke dalam 10 besar negara dengan jumlah pasien diabetes terbanyak. Indonesia berstatus waspada diabetes karena menempati urutan ke-7 dari 10 negara dengan jumlah pasien diabetes tertinggi. Prevalensi pasien pengidap diabetes di Indonesia mencapai 6,2 persen, yang artinya ada lebih dari 10,8 juta orang menderita diabetes per tahun 2020 (IDF, 2020).

Menurut data Dinas Kesehatan Sumatera Barat tahun 2020 1,3% yang meningkat tahun 2021 mendekati angka prevalensi nasional yaitu 1,5% dimana Sumatera Barat berada di urutan ke 21 dari 34 provinsi di Indonesia. Jumlah kasus DM di Sumatera Barat tahun 2018 berjumlah 44.280 kasus, dengan jumlah kasus tertinggi berada di wilayah kota Padang berjumlah 12.231 kasus (Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2021).

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).

Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar glukosa yang tidak terkontrol (Isnaeni et al., 2018).

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, 2019).

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, 2017).

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., 2017).

*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 (Putra, 2018). *Self efficacy* memberikan landasan untuk keefektifan *self management* pada diabetes melitus karena berfokus pada perubahan perilaku (Munir et al., 2019).

Manajemen diri pasien DM, *self efficacy* lebih mengarah kepada kepercayaan diri pasien untuk melaksanakan berbagai perilaku atau aktifitas yang merupakan bagian dari manajemen diri diabetes. Perilaku yang diharapkan dapat dirubah oleh pasien DM adalah mengenai gaya hidup dan kebiasaan yang dapat memperburuk kondisi pasien, diantaranya adalah pengaturan diet, aktifitas atau latihan secara teratur, pemantauan gula darah, pengobatan dan perawatan kaki (Greca, 2015). *Self efficacy* mempunyai peran penting dalam melakukan diet bagi penderita diabetes mellitus, *self efficacy* yang kurang dapat mengakibatkan ketidakpatuhan pasien dalam menjalankan terapi diet yang mengakibatkan adanya resiko komplikasi (Ulum et al., 2015)

Hasil penelitian Junaidin (2020) tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan terapi diet pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Kota Makassar ditemukan hasil *self efficacy* tinggi (65,8%) dan kepatuhan diet patuh (69,7%). Ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet diabetes melitus ( $p\text{ value}=0,000$ ). Penelitian Sriwahyuni (2021) tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di Puskesmas Waihoka Kota Ambon ditemukan hasil *self efficacy* tinggi (90,6%) dan patuh diet DM (90,6%). Penelitian Rizqah (2018) tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet 3 J pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Mandai Kabupaten Maros ditemukan hasil efikasi diri tinggi (73,3%) dan patuh diet (70%). Ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet 3 J pada pasien diabetes melitus ( $p\text{ value}=0,002$ ).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2021, dari 23 Puskesmas yang ada di Kota Padang, Puskesmas Andalas merupakan cakupan tertinggi kejadian diabetes melitus yaitu 1237 orang dibandingkan dengan Puskesmas Lubuk Buaya berjumlah 1051 orang dan Puskesmas Pauh sebanyak 982 orang (Data Dinas Kesehatan Kota Padang, 2021).

Survey awal peneliti pada tanggal 16 Februari 2023 melalui wawancara langsung dengan 10 orang pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang diperoleh hasil bahwa sebanyak 7 orang (70%) 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 7 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 latar belakang tersebut, maka peneliti melakukan penelitian tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.

## B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023 ?”.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.
- b. Diketahui distribusi frekuensi *self efficacy* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.
- c. Diketahui hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Teoritis

#### a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti sendiri tentang riset dan metodologi penelitian tentang hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023.

#### 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. Praktis

#### a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi petugas kesehatan khususnya perawat untuk dapat memberikan informasi tentang kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 pada penderita diabetes melitus tipe 2.

#### b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan dan wawasan ilmu pendidikan serta pengalaman belajar bagi peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang didapatkan dalam mata pelajaran riset keperawatan, peneliti dapat secara langsung mempraktekkan teknik pengumpulan data, pengolahan, dan menganalisa serta



menginformasikan data yang ditemukan dilapangan tentang kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 pada penderita diabetes melitus.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang ada, maka ruang lingkup penelitian ini adalah hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional*. Variabel independen (*self efficacy*) dan variabel dependen (kepatuhan diet). Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Maret – September Tahun 2023. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 21 – 26 Agustus 2023. Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang berjumlah 265 orang dengan sampel 73 orang. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Analisa data menggunakan analisa unvariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan uji *Chi Square*.