

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes Melitus (DM) memiliki efek yang sangat berbahaya karena dapat menyebabkan komplikasi. Komplikasi diabetes dapat berdampak pada semua organ tubuh dan harus disalahkan atas 30% kematian gagal jantung dan 50% kematian akibat penyakit jantung koroner. Diabetes dapat menyebabkan gangguan selain bahaya kematian, dengan 30% pasien diabetes melitus mengalami kebutaan akibat retinopati dan 10% perlu mengamputasi kaki (Bustan, 2015). Penderita Diabetes Melitus (DM) harus mengambil tindakan untuk mengendalikan kondisinya. Pendidikan, terapi nutrisi medis atau diet, aktivitas fisik, dan terapi farmasi adalah empat pilar utama manajemen diabetes. Bagi pasien DM untuk mendapatkan perawatan diabetes terbaik, sangat penting bagi mereka untuk terus melakukan ini. Manajemen kadar gula darah merupakan komponen penting bagi pasien DM, sehingga mereka harus menyadari variabel yang mempengaruhi manajemen ini. Karena nutrisi memiliki hubungan dengan penyakit DM, kontrol kadar gula darah pada pasien DM terkait erat dengan komponen makanan atau perencanaan makan (Perkeni, 2015).

Bagi penderita diabetes, kepatuhan diet adalah indikator kesehatan yang menunjukkan seberapa rajin orang-orang ini bekerja untuk mematuhi pedoman diet yang ditentukan. Menurut Askandar, yang dikutip oleh Budiyanto, kemampuan, keinginan, dan peluang pasien memengaruhi seberapa sukses mereka akan merespons diet. Kurangnya keinginan untuk tetap berpegang pada diet, keterbatasan fisik, dan kurangnya kesempatan semua dapat berkontribusi pada ketidakpatuhan. Pada pasien DM, pendidikan gizi berupaya mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif. Perubahan pola makan disarankan untuk mengatasi kesulitan akut, menjaga kadar gula darah mendekati normal, dan meningkatkan kesehatan umum (Momongan N, 2021).

Keadaan tubuh tercermin dalam status gizi, yang melibatkan keseimbangan antara nutrisi yang dikonsumsi dan digunakan oleh tubuh. Indeks Massa Tubuh (BMI) adalah metrik yang dapat digunakan untuk mengevaluasi kondisi gizi orang dewasa. Perkiraan yang paling banyak digunakan dan praktis dari prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada populasi orang dewasa adalah BMI. Penuaan dan obesitas adalah faktor risiko yang signifikan untuk meningkatkan kadar gula darah selain genetika. Salah satu faktor risiko Diabetes Melitus adalah obesitas. Respon sel beta terhadap gula darah dapat terhambat oleh penumpukan lemak ekstra dalam tubuh, dan karena reseptor insulin sel target menjadi kurang berlimpah dan resisten, kemampuan darah untuk menggunakan insulin juga dapat terhambat. (Masruroh, 2018).

Pada pasien DM, mengontrol makanan sangat penting untuk mencegah komplikasi dan memburuknya kondisi pasien. Pasien dengan diabetes tidak hanya disarankan untuk mengonsumsi lebih sedikit gula dalam makanan mereka. Nutrisi lain seperti lemak, serat, antioksidan, dan nutrisi lainnya memiliki peran dalam pengembangan DM juga. Ketika pasien DM makan makanan berkualitas tinggi, kadar glukosa darah mereka dapat dikontrol dan dipertahankan dengan lebih baik. Tingkat keberhasilan mencapai manajemen kadar gula darah yang dimaksudkan dan mengikuti program diet yang direncanakan berkorelasi dengan jumlah kepatuhan terhadap diet pada pasien DM, menurut penelitian dari Spanyol dan Prancis (Partika, 2018). Pasien diabetes mellitus sering menghadapi konsekuensi yang berpotensi fatal seperti stroke, ulkus kaki, kebutaan, penyakit ginjal, gagal jantung, neuropati, dan bahkan peningkatan kemungkinan kematian. Jika penderita Diabetes Melitus (DM) patuh dalam mengikuti diet, masalah tersebut dapat dihindari. Ketidakepatuhan pasien dengan menjalani diet sering disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang manfaat makanan. Oleh karena itu, memahami diet Diabetes Melitus (DM) sangat penting untuk mempengaruhi seberapa dekat pasien DM mematuhi diet mereka (Irawati, 2020).

Penelitian sebelumnya tentang kepatuhan diet penderita diabetes mellitus (DM) mengungkapkan bahwa pasien DM memiliki kecenderungan diet berlebihan, obesitas, dan kurangnya latihan fisik. Salah satu faktor risiko Diabetes Melitus adalah status gizi, terutama obesitas, di mana Indeks Massa Tubuh (BMI) lebih dari

30 kg / m<sup>2</sup> dapat meningkatkan risiko tertular penyakit dengan faktor sepuluh. Hal ini terjadi sebagai akibat dari kecenderungan genetik yang terkait dengan fungsi sel pankreas, penurunan massa sel, dan serangan sel oleh zat berbahaya termasuk asam lemak bebas dan sitokin inflamasi pada pasien diabetes. Karena obesitas merupakan faktor risiko utama untuk mengembangkan diabetes mellitus, sering mempengaruhi orang-orang yang memiliki penyakit, terutama mereka yang memiliki kelebihan lemak tubuh. Dalam patofisiologi diabetes mellitus, akumulasi lemak yang berlebihan dapat mengganggu fungsi metabolisme dan meningkatkan resistensi insulin. Pasien dengan diabetes memiliki kualitas hidup yang lebih baik ketika mereka mengikuti diet mereka lebih dekat, sedangkan mereka memiliki kualitas hidup yang lebih buruk ketika mereka memiliki status gizi berlebih. Menurut penelitian ini, 60,9% pasien dengan tingkat kepatuhan diet rendah mengalami obesitas, dan 5,5% di antaranya mengalami malnutrisi (Mardhatillah, 2022). Pasien dengan diabetes mellitus bervariasi dalam tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet mereka, menurut penelitian yang dilakukan di Puskesmas Sibela Kota Surakarta. Pasien tidak sepenuhnya memahami diabetes mellitus; Sementara mereka menyadari penyebab penyakit, komplikasi, perawatan, dan tanda-tanda dan gejala, mereka tidak menyadari kebutuhan gizi dan tidak membuat rencana diet. Mayoritas responden memiliki status gizi normal. Hal ini dikarenakan sebelum terserang diabetes melitus, sebagian besar bobot responden cenderung kelebihan berat badan atau obesitas, namun setelah terserang diabetes melitus, bobotnya turun secara signifikan (Harsari, 2018).

Prevalensi diabetes melitus (DM) di Indonesia adalah 8,5% pada tahun 2018, dengan provinsi Jawa Barat memiliki jumlah pasien DM tertinggi yaitu 186.809 (Kementerian Kesehatan, 2018). Menurut informasi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang, 64.920 orang menderita diabetes melitus (DM) pada tahun 2021 (Dinkes, 2021). Penderita Diabetes Melitus (DM) di Puskesmas Kota Kaler sebanyak 1275 orang (Dinkes, 2021). Oleh karena itu saya akan menyelidiki gambaran kepatuhan diet dan status gizi individu dengan diabetes mellitus (DM) di Puskesmas Kota Kaler.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran kepatuhan diet dan status gizi pada penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Kota Kaler.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan keseluruhan dari penelitian ini adalah untuk menguji status gizi dan kepatuhan diet pasien diabetes melitus (DM) di Puskesmas Kota Kaler.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1 Mengetahui gambaran kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus (DM) di Puskesmas Kota Kaler
- 2 Mengetahui gambaran status gizi penderita Diabetes Melitus (DM) yang berobat di Puskesmas Kota Kaler

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Bagi Teoritis

Hasil ini diantisipasi bahwa temuan penelitian ini akan berfungsi sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian masa depan.

### 1.4.2 Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan bahan pertimbangan untuk mencegah dan meminimalisir faktor risiko kejadian diabetes melitus pada masyarakat terutama pada orang dewasa agar dapat melakukan pencegahan sedini mungkin.