

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh masyarakat dan merupakan salah satu dari 4 prioritas utama penyakit tidak menular yang harus segera diselesaikan. Dari tahun ke tahun jumlah masyarakat yang mengalami diabetes akan terus meningkat. Hal ini dapat dibuktikan bahwa pada tahun 1980 masyarakat yang mengalami diabetes sebesar 108 juta orang, dan terjadi peningkatan pada tahun 2014 yaitu sebesar 422 juta orang. Tercatat di tahun 2012 sebanyak 1,5 juta orang meninggal akibat penyakit diabetes (Global Report WHO, 2016).

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia pada usia 15 tahun adalah 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan data Riskesdas 2013 yaitu sebesar 1,5%. Namun menurut hasil pemeriksaan glukosa darah, prevalensi diabetes meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Di Jawa Timur prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis oleh dokter sebesar 2,5% dan masuk dalam 10 besar provinsi yang memiliki prevalensi diabetes tertinggi di Indonesia (Riskesdas, 2018). Di kabupaten Jember sendiri pada tahun 2020, persentase penderita penyakit diabetes melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sejumlah 28.373 orang, dari jumlah penderita diabetes mellitus 35.951 orang (Profil Kota Jember, 2020). Di RSUD Kaliwates sendiri pada bulan Maret - Mei 2022 pasien yang terdata menjalankan pengobatan diabetes melitus sendiri sejumlah 57 pasien yang rawat inap dan 42 pasien rawat jalan. Rumah Sakit Umum Kaliwates Jember merupakan salah satu Rumah sakit pusat rujukan kesehatan di Kabupaten Jember. Pelayanan yang diberikan adalah pelayanan rawat inap dan rawat jalan. DM termasuk 10 besar penyakit rawat inap maupun rawat jalan.

Diabetes Melitus merupakan penyakit yang ditandai dengan kadar gula tinggi (Hiperglikemia) dengan gangguan sekresi insulin, dan resistensi insulin. Penyakit ini tidak menular namun dalam setiap tahunnya terus mengalami peningkatan (Kemenkes, 2013). Masyarakat yang mengalami diabetes hingga saat ini terus

meningkat, hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu obesitas, faktor genetik, tekanan darah tinggi, merokok, penyalahgunaan alkohol dan usia di atas 45 tahun. Memasuki usia dewasa timbunan lemak akan terus meningkat yang akan berbanding lurus dengan peningkatan kejadian diabetes (Sudaryanto, dkk., 2014). Lemak yang tinggi dalam tubuh menyebabkan penurunan reseptor insulin dan adiponektin serta peningkatan hormon resistin dalam tubuh, sehingga di jaringan tubuh dan otot, kerja dari insulin akan terhambat dan menyebabkan glukosa di dalam darah akan meningkat dikarenakan glukosa tidak diangkat ke dalam sel (Sudaryanto, dkk., 2014).

Perubahan terhadap gaya hidup masyarakat yang serba santai, minim aktivitas fisik, serba instan dan serba canggih merupakan sebuah faktor timbulnya diabetes. Ketika semua serba praktis, makanan semakin beragam semakin banyak makanan mengandung lemak, berkalori tinggi dan juga manis, gaya hidup tersebut yang menyebabkan seorang yang tidak memiliki riwayat diabetes dikeluarganya dapat menderita penyakit tersebut (Heryati, dkk., 2014). Perkembangan gerai makanan cepat saji di Indonesia saat ini cukup pesat, dimana makanan cepat saji mengandung kalori dan lemak trans yang tinggi sehingga menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh. Hal ini akan berkontribusi terhadap peningkatan persentase lemak tubuh (Heryati, dkk., 2014). Persentase lemak tubuh merupakan kunci utama dalam perkembangan resistensi insulin dan terdapat hubungan signifikan antara persentase lemak tubuh dengan kejadian diabetes mellitus (Arraniri, 2017).

Persen lemak tubuh adalah salah satu aspek yang dapat digunakan untuk melihat ada tidaknya masalah gizi. Persen lemak tubuh dapat mencerminkan proporsi komposisi tubuh. Apabila persen lemak tubuh seseorang lebih tinggi dari angka normal berarti massa lemak tubuh orang tersebut berlebihan (Katrina, 2012). Adanya peningkatan lemak akan memengaruhi keseimbangan glukosa, adanya penumpukan sel-sel lemak menyebabkan terjadinya peningkatan lipolisis serta *Non Esterified Free Fatty Acid* (NEFA) di liver yang jika berlangsung lama insulin dalam tubuh akan menurun. Saat ini, persentase lemak tubuh telah dianggap sebagai standar akurat untuk menentukan kegemukan atau obesitas karena dapat mengukur lemak tubuh secara langsung (Katrina, 2012).

Salah satu hal yang terpenting bagi pasien diabetes melitus yaitu pengendalian kadar gula darah, maka pasien perlu memahami mengenai hal-hal yang memengaruhi pengendalian kadar gula darah. Pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus berhubungan dengan faktor diet atau perencanaan makan (Perkeni, 2015). Gula darah sewaktu merupakan pemeriksaan kadar gula darah yang dilakukan tanpa harus puasa atau melihat makanan yang terakhir dikonsumsi (Fahmi, dkk 2020). Peningkatan kadar glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl yang disertai dengan gejala poliuria, polidipsia, polifagia, dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan sebabnya sudah cukup untuk menegakkan diagnosis DM (Siregar, dkk 2020). Pengendalian kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus berhubungan dengan faktor perencanaan makan atau pola makan, hal ini disebabkan karena asupan makanan berlebih akan mengakibatkan peningkatan kadar gula dalam darah (Susanti, dkk 2018).

Kepatuhan dalam melaksanakan diet diabetes masih sangat sulit dilaksanakan, baik dari segi jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makan. Menurut penelitian Alvionita dkk. (2019) terdapat sebesar 51,5% pasien diabetes melitus yang tidak patuh terhadap diet yang diterapkan pihak rumah sakit. Apabila penderita tidak mempunyai sikap yang positif terhadap diet diabetes melitus, maka akan terjadi komplikasi dan pada akhirnya akan menimbulkan kematian (Phitri & Widiyaningsih, 2013).

Keberhasilan pengendalian diabetes tergantung dari kepatuhan pasien dalam menjalankan diet yang diberikan. Kepatuhan pasien dalam mentaati pemberian diet sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Pasien diabetes yang patuh menjalani diet secara rutin dan kadar glukosa darahnya terkendali dapat mengurangi risiko komplikasi jangka pendek maupun jangka panjang (Saifunurmazah, 2013).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kepatuhan diet diabetes melitus dan persentase

lemak tubuh terhadap kadar glukosa darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisa adanya hubungan kepatuhan diet diabetes melitus dan persentase lemak tubuh dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kepatuhan pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates terhadap diet yang diterapkan.
2. Mengetahui persen lemak tubuh pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates.
3. Mengetahui kadar glukosa darah sewaktu pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates.
4. Menganalisis hubungan antara kepatuhan diet diabetes melitus dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates.
5. Menganalisis hubungan antara persentase lemak tubuh dengan kadar glukosa darah sewaktu pasien diabetes melitus di RSUD Kaliwates.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Menambah wawasan, menambah pengetahuan serta pengalaman saat menghadapi pasien langsung serta menerapkan ilmu yang diperoleh selama belajar di Politeknik Negeri Jember.

1.4.2 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan memberikan informasi pada penelitian selanjutnya.