

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus saat ini menjadi masalah kesehatan dunia yang banyak ditemukan dimasyarakat. Permasalahan penyakit diabetes melitus yang terjadi saat ini adalah peningkatan jumlah penderita diabetes melitus setiap tahunnya yang disebabkan karena kebiasaan yang kurang baik yang sering dilakukan oleh penderita diabetes (Suwanto dkk, 2020). Karena peningkatan tersebut sehingga penyakit diabetes melitus menduduki peringkat ke tujuh tertinggi di dunia, dimana jumlah penderita diabetes melitus di seluruh dunia didapatkan 1 dari 10 orang dewasa berusia 20-79 tahun menderita diabetes melitus. Prevalensi penderita diabetes melitus di dunia sebanyak 463 juta atau 9,3% dan pada tahun 2020 mencapai 429,9 juta jiwa kemudian diperkirakan akan mencapai 628,6 juta jiwa pada tahun 2045 (*International De diabetes Federation, 2019*).

Di Indonesia masalah diabetes melitus banyak ditemukan di masyarakat hampir disetiap provinsi di Indonesia memiliki masalah diabetes melitus dimana berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 jumlah penderita diabetes melitus di atas usia 15 tahun ada pada prevalensi sebesar 2% kemudian ada 25% penderita diabetes melitus yang belum mengetahui jika mereka terdiagnosa diabetes melitus. Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* tahun 2020 bahwa Indonesia memiliki jumlah penderita diabetes melitus menjapai 10,3 juta jiwa dan menduduki peringkat ke 6 di dunia.

Provinsi Sulawesi Utara menurut hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 Sulawesi Utara berada pada peringkat ke 3 teratas dari seluruh provinsi di Indonesia dimana memiliki penduduk yang menderita diabetes melitus sebanyak 3% (Kemenkes, 2020). Berdasarkan hasil data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara jumlah kasus diabetes melitus berdasarkan diagnosis Dokter pada penduduk semua umur total tertinggi 2,53% dengan total jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 25.661 (Riskesdas 2018). Kabupaten Kepulauan Talaud menjadi urutan ke 2 di Sulawesi Utara yang menderita diabetes melitus berdasarkan data RISKESDAS 2018, prevalensi

penderita diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada semua umur berjumlah 946 penderita.

Wilayah kerja Puskesmas Beo sesuai dengan hasil survei data yang dilakukan melalui wawancara dengan salah satu petugas kesehatan bahwa jumlah penderita diabetes melitus berdasarkan data 3 tahun terakhir yaitu tahun 2020 sampai pada bulan Maret tahun 2023 total jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 141 orang penderita dengan jumlah laki-laki 63 orang dan perempuan 78 orang. Banyaknya penderita diabetes melitus yang terjadi disebabkan karena masyarakat sering mengabaikan kesehatan mereka dengan melakukan gaya hidup yang kurang baik, minimnya melakukan pemeriksaan kesehatan serta kurang memperhatikan pengontrolan gula darah. berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa masyarakat yang menderita diabetes bahwa kebanyakan mereka kurang melakukan pemeriksaan dan tidak patuh terhadap diet yang diatur oleh dokter serta minimnya melakukan aktivitas fisik yang dapat mengeluarkan keringat.

Pengendalian penyakit diabetes dapat dilakukan dengan cara mengontrol gula darah serta mengubah kebiasaan buruk menjadi lebih baik ada beberapa faktor yang dapat diubah dalam pengendalian penyakit diabetes melitus seperti pola makan, aktivitas fisik, dan motivasi diri. Pola makan yang tidak terkontrol seperti sering mengonsumsi makanan yang manis, makanan berlemak, serta makanan mengandung glukosa yang tinggi secara berlebihan maka memungkinkan untuk terjadi peningkatan kadar gula darah kemudian kurangnya melakukan aktivitas fisik dapat menyebabkan penumpukan kadar glukosa di dalam darah sehingga gula darah meningkat di atas batas normal (Asri dkk, 2022).

Kurangnya motivasi diri untuk berobat, saat ini banyak penderita diabetes melitus yang kurang peduli dengan kesehatan yang dialami karena ada rasa malas dari dalam diri individu untuk menjaga kesehatan serta mempertahankan kondisi agar tetap stabil hal ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Triastuti dkk., 2020) dimana motivasi diri dapat berpengaruh dalam melakukan pengontrolan gula darah khususnya ketika melakukan pemeriksaan dan pengobatan penyakit diabetes sehingga penting untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi lebih baik dengan tujuan untuk mengurangi terjadinya perburukan penyakit.

Pengontrolan gula darah sangat penting bagi penderita diabetes melitus dalam mengendalikan kadar gula darah dan mencegah terjadinya perburukan penyakit. Kadar gula darah pada penderita diabetes melitus yang tidak terkontrol dapat menyebabkan masalah yang serius pada tubuh seperti gangguan pada sistem syaraf dan sistem pembuluh darah, World Health Organization 2017 (dalam Kusnanto 2019). Gula darah yang tidak terkontrol dapat berdampak pada kehidupan penderita diabetes melitus seperti penyakit akan semakin parah, dan dapat terjadi komplikasi berat sehingga kualitas hidup penderita diabetes melitus semakin menurun. Kadar Gula darah dapat dikontrol dengan cara melakukan gaya hidup yang sehat serta rutin melakukan pemeriksaan kesehatan (Kemenkes RI, 2018).

Penyakit diabetes dapat berdampak pada tingkat kehidupan seperti kualitas hidup yang semakin menurun, menjadi beban dalam keluarga, tidak mampu beraktivitas dan bersosialisasi, menimbulkan masalah ekonomi keluarga, serta terjadinya komplikasi bahkan dapat menuju pada kematian. Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* diabetes melitus menjadi penyebab kematian yaitu sekitar 6,7 juta orang meninggal atau satu orang meninggal setiap 5 detik.

Kemudian 140,87 juta orang dewasa pada tahun 2021 didiagnosis menderita diabetes adalah Negara yang memiliki jumlah penduduk terpadat didunia yaitu China Selain itu 74,19 juta orang di India 32,96 juta di Pakistan, dan 32,22 juta orang di Amerika Serikat yang menderita diabetes melitus (International Diabetes Federation, 2021). Di Asia Tenggara yang termasuk penderita diabetes terbanyak yaitu Negara yang berpenghasilan menengah dan akibatnya mengalami 1,2 juta kematian pada tahun 2019 terhitung 14,1% dari semua kematian (International Diabetes Federation, 2019).

Tingginya kasus diabetes melitus membuat pemerintah melakukan berbagai upaya untuk penanganan dan pencegahan penyakit diabetes melitus adapun upaya yang dilakukan pemerintah yaitu melalui Peraturan Pemerintah No.2 Tahun 2018 dan Peraturan Menteri Dalam Negeri pelayanan minimal yang harus disediakan pemerintah daerah untuk mengelola diabetes melitus dituangkan dalam Pasal 4 Tahun 2019 dengan jaminan ini, diharapkan semua penderita diabetes melitus dapat dikendalikan dengan baik untuk menghindari komplikasi (Permenkes, 2020). Sesuai dengan peraturan menteri kesehatan yang berlaku bahwa setiap Pasien diabetes melitus akan mendapatkan

layanan sesuai dengan standar minimum yaitu 1 bulan sekali yang meliputi perhitungan kadar gula darah, pendidikan kesehatan, pengobatan, dan rujukan jika dibutuhkan (Permenkes, 2020).

Adapun upaya yang dilakukan oleh petugas kesehatan yang ada di wilayah kerja Puskesmas Beo yaitu dengan melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan, edukasi kesehatan, serta senam lansia hal tersebut dilakukan pada pelaksanaan Posbindu yang dilaksanakan di setiap Desa. Berdasarkan upaya yang sudah dilakukan masih terjadi peningkatan diabetes melitus dan masih ditemukan penderita yang kurang memperhatikan pengontrolan kadar gula darah oleh karena itu berdasarkan masalah diatas peneliti ingin menganalisis faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan pengontrolan gula darah pada penderita diabetes melitus dan diharapkan hal ini dapat menjadi informasi yang berguna untuk proses perubahan perilaku pada penderita diabetes melitus untuk bisa menjadi lebih baik.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

Apakah ada hubungan yang signifikan antara pola makan, aktivitas fisik, dan motivasi diri dengan pengontrolan gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Beo, Kabupaten Kepulauan Talaud?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Diketahui hubungan antara pola makan, aktivitas fisik, dan motivasi diri dengan pengontrolan gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Beo, Kabupaten Kepulauan Talaud.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahui karakteristik demografi responden di Wilayah Kerja Puskesmas Beo
2. Diketahui gambaran pola makan penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Beo
3. Diketahui gambaran aktivitas fisik penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Beo

4. Diketahui gambaran motivasi diri penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Beo
5. Diketahui gambaran pengontrolan gula darah penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Beo
6. Dianalisis hubungan antara faktor (pola makan, aktivitas fisik, dan motivasi diri dengan pengontrolan gula darah) pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Beo.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Penderita Diabetes Melitus**

Dari hasil penelitian ini dapat menjadi informasi yang berguna untuk menambah pengetahuan dan dapat merubah kebiasaan yang kurang baik bagi penderita untuk bisa menerapkan kebiasaan yang baik dengan melakukan pengontrolan gula darah sehingga kondisi kesehatan tetap terjaga.

### **1.4.2 Bagi Perawat**

Dari hasil penelitian ini dapat menjadi informasi penting untuk lebih mengembangkan potensi dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya memberikan edukasi kesehatan.

### **1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan dalam pengembangan oleh peneliti lain yang akan meneliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pengontrolan pola makan pada penderita diabetes melitus dan dapat digunakan sebagai informasi kepada peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian serta diharapkan penelitian selanjutnya bisa lebih baik lagi.