

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit tidak menular. Penyakit diabetes melitus ini merupakan penyakit jangka panjang atau menahun yang terjadi akibat ketidakmampuan pankreas dalam menghasilkan hormon insulin, dimana hormon insulin ini berperan penting dalam menyeimbangkan kadar gula darah dalam tubuh (Qatrunnada *et al.*, 2022).

Diabetes melitus merupakan penyakit gangguan metabolik atau jangka panjang yang diakibatkan karena pankreas tidak dapat memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang telah diproduksi secara efektif. Diabetes melitus merupakan penyakit kelebihan glukosa dalam darah (hiperglikemia) yang ditandai dengan ketiadaan absolut insulin atau menurunnya relatif insentivitas sel terhadap insulin (Desky *et.al.*, 2022).

International Diabetes Federation (2019), mencatat pada rentang usia 20–70 tahun terdapat 463 juta orang yang menderita diabetes melitus atau 9,3% dari total jumlah penduduk usia yang sama. Jumlah penderita diabetes mellitus semakin bertambah seiring dengan bertambahnya usia penduduk, usia 65–75 tahun yang mengalami diabetes mellitus mencapai 19,9% atau 111,2 juta orang. Angka penderita diabetes melitus ini akan semakin mengalami kenaikan yang diperkirakan dapat mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (Kementerian Kesehatan RI., 2020).

Indonesia menempati peringkat ke 7 dari ke 10 negara yang termasuk memiliki penderita diabetes melitus terbanyak dengan jumlah 10,7 juta penderita. Negara Indonesia merupakan satu – satunya negara di Asia Tenggara dengan penyakit diabetes melitus tertinggi, Sehingga Indonesia berpeluang besar berkontribusi terhadap kejadian diabetes melitus. Berdasarkan diagnosa dokter

pada penduduk semua umur ≥ 15 tahun, prevalensi diabetes melitus sebesar (1,5%) tercatat pada tahun 2013 dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar (2%) (Kemenkes RI, 2018).

Dalam data Riskesdas Sumatera Utara, prevalensi diabetes melitus di wilayah Provinsi Sumatera Utara sebesar 69,517(1.39%), menurut kabupaten/kota yang berada di Sumatera Utara, di Kota Gunungsitoli terdapat 679 (1,89%) kasus Nias selatan terdapat 1.530 kasus (1,10%), Nias utara terdapat 661 (0,54%), Nias barat 416 kasus (0,81%) dan Nias 668 kasus (Riskesdas, 2018).

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi penyakit diabetes melitus adalah pola makan yang tidak sehat yang lebih cenderung terus mengonsumsi karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan dapat menjadi pemicu peningkatan kadar glukosa darah bahkan menimbulkan komplikasi. Maka dalam hal ini perlu adanya pengaturan diet diabetes melitus dalam mengonsumsi makanan dan dapat diterapkan melalui kebiasaan makan sehari-hari sesuai kebutuhan. Penatalaksanaan penyakit diabetes melitus terdiri 4 point yang dimana salah satunya adalah diet (Nurhaliza *et al.*, 2021).

Diet merupakan suatu bentuk dalam mengelola pola makanan yang menyesuaikan dengan kebutuhan kalori yang dibutuhkan oleh pasien diabetes melitus. Pengaturan meliputi kandungan, kuantitas dan waktu asupan makanan dengan 3 J yaitu jenis, jumlah, dan jadwal. Sehingga selain menjaga gula darah dapat terkontrol dapat juga memiliki berat badan yang ideal dengan baik (Febry, 2022).

Diet merupakan terapi utama pada pasien diabetes melitus. Maka dalam hal ini perlu adanya pengaturan pola makan yang tepat agar tidak menimbulkan komplikasi yang akhirnya akan berdampak pada kematian. Pola diet pada diabetes melitus merupakan sebagai bentuk ketaatan dan keaktifan pasien pada aturan makan yang diberikan. Dimana pola makan yang tidak tepat dapat menimbulkan

peningkatan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus atau gula darah tidak terkontrol,(Phitri He Widyaningsih, 2013).

Azis & Aminah (2018) menyatakan bahwa pola makan yang tidak sehat yang dipengaruhi karena sering mengonsumsi makanan yang mengandung sumber glukosa yang berlebihan akan cenderung mengalami kenaikan glukosa darah, sehingga dalam hal ini perlu adanya pengontrolan pola makan dengan diet pada pasien diabetes melitus. Pengontrolan diet ini sangat tidak mudah karena berbagai macam menu yang dikonsumsi banyak yang harus di batasi. Dalam hal ini maka perlu adanya motivasi bagi pasien diabetes melitus agar dapat mengontrol glukosa darah dengan melakukan diet.

Motivasi merupakan suatu dorongan atau pendorong individu dalam bertindak laku dalam mencapai tujuan tertentu. Tingkah laku termotivasi dilatar belakangi oleh karena kebutuhan. kebutuhan tersebut diarahkan pada pencapaian tujuan tertentu yang artinya dalam konteks perubahan pola makan pada pasien. Diabetes melitus didasarkan pada keinginan pasien untuk sembuh dan mengurangi kecatatan sehingga penderita diabetes melitus termotivasi untuk mengikuti program diet yang dianjurkan (Sugandi et al., 2018).

Nurhidayat (2017) menyatakan bahwa, tanpa motivasi dalam melakukan pengontrolan makanan pada pasien diabetes melitus, maka dapat menyebabkan ketidakpatuhan dalam mengatur pola makan. Jika seseorang memiliki motivasi baik untuk patuh melakukan diet maka diabetes melitus dapat terkendali.

Pernyataan di atas sejalan hasil penelitian Mamesah *et al.*, (2019) dengan judul “Hubungan motivasi intrinsik dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus” hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwaseseorang yang memiliki motivasi diri yang tinggi akan lebih cenderung mematuhi diet diabetes melitus yang dianjurkan, dibanding dengan seseorang yang memiliki motivasi diri rendah yang

mengabaikan anjuran dalam melakukan diet diabetes melitus (Mamesah *et al.*, 2019).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Gustina dkk, (2014) dengan judul “Hubungan Motivasi Diri Dengan kepatuhan diet Diabetes Melitus” menunjukkan bahwa ada hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes melitus dengan nilai signifikan ($p < 0,001$). Dimana penderita yang memiliki motivasi baik memiliki peluang besar dalam mematuhi diet diabetes melitus sebesar 329.667 kali dibanding pada penderita dengan motivasi kurang.

Penelitian Bertalina & Purnama (2016) menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara motivasi dengan kepatuhan diet dengan hasil signifikan $p = 0,004 < \alpha (0,05)$. Dimana penderita diabetes melitus yang mematuhi diet sesuai yang dianjurkan melalui pengontrolan makanan maka tubuh akan merasa lebih baik. Dan hasil penelitian menunjukkan distribusi berdasarkan motivasi pasien dalam menjalani diet diketahui masih banyak pasien yang memiliki motivasi kurang baik yaitu sebesar 53,3% sedangkan motivasi yang baik sebesar 46,7% (Bertalina & Purnama 2016).

Hasil survey yang didapatkan di UPTD Puskesmas Kota Gunungsitoli, penyakit diabetes melitus merupakan penyakit 10 terbesardengan jumlah penderita sebanyak 828 orang di tahun 2022. Di Kelurahan Ilir penderita diabetes melitus lebih banyak dibanding desa lainnya dan menduduki peringkat pertama dengan jumlah penderita sebanyak 141 orang. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh peneliti kepada 6 orang penderita diabetes melitus, 5 orang penderita diabetes diantaranya mengatakan sering mengkonsumsi makanan yang siap saji dan makanan yang mengandung gula, dan 1 orang lainnya mengatakan dapat membatasi makanan yang siap saji dan makanan yang mengandung gula. Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul

“ Gambaran Motivasi Diet pada Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Gambaran motivasi Diet pada Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli Tahun 2023 ?

C. Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi gambaran motivasi diet pada Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengalaman dan pengetahuan dalam melakukan suatu penelitian tentang Gambaran Motivasi Diet pada Penderita Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan tambahan untuk kepastakaan pendidikan dalam mempersiapkan tenaga kesehatan / perawat yang professional dalam melaksanakan pelayanan keperawatan kepada penderita diabetes melitus.

3. Bagi Responden

Sebagai bahan masukan bagi responden dalam meningkatkan kesehatan yang optimal khususnya dalam melakukan motivasi diet pada pasien diabetes melitus.

4. Bagi Lokasi Penelitian

Sebagai bahan masukan dan pedoman bagi kesehatan dalam menerapkan pada masyarakat tentang Gambaran Motivasi Diet Pada Pasien Diabetes Melitus.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang Diabetes Melitus.