

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit yang terus mengalami peningkatan hingga saat ini, penyakit ini sangat jarang diketahui dan masih dianggap masalah biasa. DM merupakan sekumpulan kelainan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemia (*American Diabetes Association*, 2014; *World Health Organization*, 2019). Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah di atas normal. Diabetes Melitus (DM) saat ini menjadi ancaman kesehatan global (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Data *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021 menunjukkan terdapat 537 juta orang menderita diabetes, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Berdasarkan peringkat di seluruh dunia terdapat 10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi diantaranya Cina, India, Pakistan, USA, Indonesia, Brazil, Mexico, Banglades, Jepang, Mesir. Cina menjadi negara peringkat 1 dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 140,9 juta pada tahun 2021 dan diperkirakan meningkat sebesar 174,4 juta pada tahun 2045. Sedangkan Indonesia berada pada peringkat 5 penderita diabetes terbanyak di dunia, terdata sekitar 19 juta orang yang menderita diabetes pada tahun 2021, dan jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 23 juta pada tahun 2023 dan 28,6 juta pada tahun 2045 (*International Diabetes Federation*, 2021).

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menjelaskan prevalensi diabetes secara nasional sebesar 8,5% atau setara dengan sekitar 20,4 juta penduduk Indonesia yang menderita diabetes. Penderita diabetes juga sering mengalami komplikasi akut dan kronis yang serius hingga dapat berujung pada kematian. Masalah lain yang terkait dengan manajemen diabetes adalah keragaman geografis, budaya, dan sosial (Perkeni, 2021). Perkiraan penderita Diabetes Melitus (DM) di Jawa Timur sebanyak 863 ribu dari penduduk usia 15 tahun ke atas. Pelayanan kesehatan penderita DM di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) di 38 kabupaten/kota seluruh Jawa Timur sudah mencapai 842.004 kasus (97,5% dari estimasi penderita DM yang ada) (Dinkes Jawa Timur, 2022). Persentase penderita DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar di Kabupaten Jember tahun 2022 sejumlah 35 ribu orang, dari jumlah penderita DM 38 ribu orang, dengan demikian cakupan pelayanan penderita DM tahun 2022 sebesar 93,2% (Dinkes Kabupaten Jember, 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di dapatkan sebanyak 1.359 penderita diabetes dari semua kalangan usia. Selanjutnya didapatkan sebanyak 802 penderita diabetes dari kalangan usia dewasa di wilayah kerja Puskesmas Sumbersari.

Menurut WHO (2014), terdapat bukti yang mendukung gaya hidup sehat, seperti menjaga berat badan ideal, tetap aktif secara fisik, dan mengikuti perilaku makan sehat dan menghindari rokok, akan lebih efektif mencegah diabetes dan menunda komplikasi. Pengelolaan diabetes yang efektif sangat diperlukan, termasuk menerapkan perilaku perawatan diri seperti pengendalian

perilaku makan, pengendalian gula darah, perawatan kaki, dan olahraga (Perkeni, 2021).

Perilaku makan merupakan hal yang rumit untuk dipelajari, berbagai orang membuat banyak keputusan mengenai makanan setiap hari yang dipengaruhi oleh berbagai faktor pribadi, sosial, budaya, lingkungan, dan ekonomi. Apa yang dimakan dan seberapa banyak individu makan mempunyai pengaruh yang besar terhadap kesehatan mereka (Gellman, 2020). Perilaku makan merupakan aspek penting dalam kehidupan karena dapat mempengaruhi hasil kesehatan jangka panjang karena kebiasaan makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan yang kurang nutrisi, melewatkan waktu makan, dan kurangnya pola makan yang tepat waktu dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan kekurangan nutrisi (Kabir *et al.*, 2018). Makanan dan penundaan makan berkaitan erat dengan gangguan kontrol glukosa darah pada penderita diabetes. Waktu untuk memikirkan apa yang di makan dan kapan, dapat menyebabkan perasaan frustrasi dan makan berlebihan, terutama jika pola makannya ketat. Hal ini dapat menjelaskan peningkatan prevalensi gangguan makan berlebihan (Gellman, 2020). Seseorang yang memiliki perilaku makan yang buruk berisiko mengalami fungsi glikemik yang buruk serta dapat dikaitkan dengan sejumlah kondisi kesehatan, termasuk komplikasi pembuluh darah makro (penyakit jantung) dan pembuluh darah mikro (kerusakan mata, ginjal, dan saraf) (Daniel *et al.*, 2023).

Pengendalian perilaku sehat sering diartikan sebagai *health locus of control*. Dalam perkembangannya, konsep *health locus of control* dikembangkan oleh Rotter pada tahun 1966. Menurut Wallston dan Wallston

(1982), *health locus of control* merupakan tingkat kepercayaan individu sejauh mana mereka yakin kesehatannya dapat dikendalikan oleh faktor diri sendiri (*internal*), dari orang lain dan lingkungan (*powerful others*) atau karena keberuntungan atau nasib (*chance*). Menurut Dielman (1987) *health locus of control* dapat berfungsi sebagai intervensi kesehatan. Memang teori ini menyangkut ada tidaknya kontrol yang dilakukan mempengaruhi keadaan emosional, kognitif, perilaku dan fisik seseorang (Nurjanah & Rahmatika, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian dijelaskan tingginya prevalensi diabetes melitus tidak lepas dari ketidakpatuhan pola makan penderita DM tipe 2. Prevalensi kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 diperoleh hasil dari total 40 responden, 22 orang diantaranya diantaranya tidak patuh (Toruan *et al.*, 2018). Hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara *health locus of control* dengan kepatuhan menjalani diet dengan tingkat kekuatan korelasi sedang dan mempunyai arah hubungan yang positif yang berarti semakin tinggi *health locus of control* maka semakin baik kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus (Arsad *et al.*, 2023).

Banyak penelitian terkait *health locus of control* dalam berbagai konteks kesehatan, akan tetapi penelitian yang berhubungan dengan perilaku makan pada penderita diabetes melitus masih terbatas. Keyakinan terhadap kesehatan merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan karena keyakinan terhadap kesehatan dapat membawa seseorang untuk dapat mengendalikan dirinya untuk bisa menjadi lebih sehat dan bisa mencegah dari

kondisi sakit secara mandiri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi *health locus of control* dengan perilaku makan diabetesi.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Diabetes melitus hingga saat ini mengalami peningkatan. Kurangnya kontrol kesehatan seseorang khususnya perilaku makan buruk menyebabkan peningkatan kasus diabetes. Seseorang yang memiliki perilaku makan buruk cenderung meremehkan kesehatannya, mereka hanya berfikir yang penting perutnya bisa kenyang, bukan berfikir apa yang dimakan itu baik atau buruk bagi kesehatannya. *Health locus of control* hingga saat ini masih menjadi hal yang harus diperhatikan, mengingat kasus diabetes melitus terus meningkat.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana *health locus of control* pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumpasari?
- b. Bagaimana perilaku makan pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumpasari?
- c. Apakah ada hubungan *health locus of control* dengan perilaku makan pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumpasari?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan *health locus of control* dengan perilaku makan pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumpasari.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *health locus of control* pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumbersari
- b. Mengidentifikasi perilaku makan pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumbersari
- c. Menganalisis hubungan *health locus of control* dengan perilaku makan pada diabetesi di wilayah kerja puskesmas sumbersari

D. Manfaat Penelitian

1. Perawat dan Tenaga Kesehatan Lain

Hasil penelitian ini dapat menjadikan tenaga kesehatan khususnya perawat saat melakukan intervensi memperhatikan *health locus of control* pada diabetesi.

2. Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan program tambahan bagi puskesmas untuk memperhatikan keyakinan pasien, keluarga pasien, serta masyarakat terhadap kontrol kesehatan.

3. Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan kebijakan bagi dinkes untuk dijadikan acuan dalam menangani kasus penderita diabetes melitus.

4. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi baru dan acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang *health locus of control* dengan perilaku makan pada diabetesi.