

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepatuhan diet adalah suatu perilaku pasien dalam proses melaksanakan pemenuhan asupan makanan yang telah ditentukan oleh penyedia pelayanan kesehatan. pengaturan diet tersebut yaitu berdasarkan 3 J, yaitu meliputi jumlah, jenis dan jadwal interaksi diet meliputi beberapa yang bisa mempengaruhi pola makan lemak tubuh yang memiliki peranan yang signifikan dalam menentukan sensitivitas insulin. Kepatuhan diet ini memegang peranan krusial dalam manajemen berbagai kondisi kesehatan, tidak hanya terbatas pada pengendalian gejala tetapi juga dalam meningkatnya kualitas hidup pasien secara keseluruhan (et. a. Nuraini, 2022).

Memodifikasi diet dapat dilakukan dengan menghindari asupan kalori yang berlebihan dan diet tinggi lemak dengan mengonsumsi karbohidrat kompleks, buah dan sayur-sayuran. memodifikasi diet dapat dilakukan dengan menghindari asupan kalori yang berlebihan. mengonsumsi karbohidrat kompleks, buah, dan sayur-sayuran yang disarankan untuk diet tinggi lemak. Secara mekanisme, perubahan pola makan ini membantu menstabilkan kadar gula darah, mengurangi peradangan, dan memperbaiki profil lipid dalam tubuh. Langkah-langkah modifikasi diet ini bertujuan untuk mencapai keseimbangan nutrisi dan mendukung kesehatan pasien secara keseluruhan.

Kepatuhan diet pasien DM berperan sangat penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri adalah suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu pasien dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet dapat disebabkan kadar gula yang tidak terkendali. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan faktor – faktor yang mendukung agar kepatuhan dapat berhasil, faktor pendukung yaitu dukungan keluarga, pengetahuan, dan motivasi agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri (Herawati et al., 2020). Penyebab terjadinya permasalahan ketidakpatuhan pola makan pada pasien diabetes melitus merupakan masalah kesehatan yang serius dan tantangan besar bagi keberhasilan pelayanan kesehatan. Ketidakpatuhan pasien tidak hanya terfokus pada minum obat, tetapi juga pada perubahan gaya hidup, pemeriksaan kesehatan dan berkurangnya kebutuhan untuk mengunjungi dokter dan layanan atau kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa 12% penderita diabetes tidak beradaptasi dengan situasi ini. Secara umum, ada 4 pilar dalam pengobatan diabetes, antara lain edukasi, pola makan, olah raga, dan intervensi obat. Menurut International Diabetes Federation (IDF) mencatat 1,9 juta orang menderita diabetes. Data ini menjadikan diabetes melitus sebagai penyebab kematian ketujuh di dunia pada tahun 2015. Sebanyak 415 juta orang terkena diabetes melitus, dengan diabetes tipe 2 mencakup 95% populasi dunia. Prevalensi diabetes tipe 2 di Indonesia meningkat menjadi 5,7% pada tahun 2008. Indonesia menempati

urutan keempat sebagai negara dengan penderita diabetes terbanyak di dunia. Pada tahun 2025, jumlah penderita diabetes diperkirakan akan meningkat menjadi 75%. Prevalensi diabetes di Indonesia mencapai 8,926 juta orang pada tahun 2010 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 21,257 juta orang pada tahun 2022. Saat ini, provinsi Jawa Timur termasuk dalam 10 negara teratas di Indonesia atau menduduki peringkat kesembilan dalam kasus diabetes. Artikel sebelumnya menyebutkan bahwa 6,8 merupakan salah satu program penelitian nasional penyakit degeneratif setelah penyakit kardiovaskular serebrovaskular. International Diabetes Federation (IDF) mencatat pada tahun 2017 terdapat 425 juta orang. data diabetes melitus yang ada diwilayah jember pada tahun 2021 10,6 % penderita (Ubaidillah, Z.,&Dipanusa, 2019).

Penerapan diet diabetes melitus sebaiknya disertai dengan latihan fisik dan perubahan kebiasaan makan. Tujuan dari diet diabetes mellitus adalah untuk membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan olahraga untuk mencapai kontrol metabolisme yang lebih baik. Menjaga kadar glukosa darah mendekati normal melibatkan penyeimbangan asupan makanan dengan insulin (endogen atau eksogen), obat penurun gula darah oral, dan aktivitas fisik. Mencapai dan mempertahankan kadar lipid serum normal dan menyediakan energi yang cukup untuk mempertahankan serta mencapai berat badan normal. Menghindari atau mengelola komplikasi akut pada pasien yang menggunakan insulin seperti hipoglikemia, komplikasi jangka pendek dan jangka panjang, masalah yang berkaitan dengan aktivitas fisik. Meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan melalui nutrisi yang optimal

(Ummah, 2019) . Salah satu aspek penting dalam dukungan keluarga penting bagi keluarga untuk memberikan dukungan emosional yang kuat kepada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan mental. Mereka bisa meluangkan waktu untuk mendengarkan dengan saksama, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, serta menunjukkan empati terhadap perasaan dan pengalaman individu (Sudarsono et al., 2021). dukungan emosional semacam ini dapat membuat individu merasa didengar, dipahami, dan diterima tanpa adanya penilaian. memberikan rasa kepastian dan kenyamanan yang sangat penting dalam proses pemulihan. Dukungan keluarga yaitu memiliki beberapa faktor yakni meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan infomasional dan dukungan penilaian. Manfaat dukungan keluarga dukungan yang datang dari keluarga akan membuat penderita diabetes melitus merasa diperhatikan dan dicintai. hal ini akan mendorong mereka untuk memiliki keinginan yang kuat dalam menjalani program diet yang telah disarankan. Salah satu manfaat dari dukungan keluarga adalah terciptanya rasa nyaman. (U. Khasanah, 2018).

Hasil survey pendahuluan di puskesmas kemuningsari kidul masih ditemukan adanya pasien penderita diabetes melitus tipe 2 yang tidak dapat dukungan keluarga. hal ini diperoleh dari hasil wawancara pada tanggal 1 November 2024 dengan pasien penderita diabetes melitus tipe 2. Hasil survey pendahuluan yang didapatkan sekitar 56% tidak didukung oleh keluarganya. Kepatuhan diet seperti pola makan, olahraga, meminum obat, dan gaya hidup. Kepatuhan diet terjadi karna tidak ada dukungan keluarga. Hasil penjelasan diatas mengenai kepatuhan diet dan pentingnya dukungan keluarga sehingga

dalam penelitian ini, Peneliti tertarik untuk melihat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Kepatuhan diet adalah suatu perilaku pasien dalam proses melaksanakan pemenuhan asupan makanan yang telah ditentukan oleh penyedia pelayanan kesehatan. Pengaturan diet tersebut yaitu berdasarkan 3 J, yaitu meliputi jumlah, jenis dan jadwal interaksi diet meliputi beberapa yang bisa mempengaruhi pola makan lemak tubuh yang memiliki peranan yang signifikan dalam menentukan sensitivitas insulin. Memodifikasi diet dapat dilakukan dengan menghindari asupan kalori yang berlebihan dan diet tinggi lemak dengan mengonsumsi karbohidrat kompleks, buah dan sayur-sayuran.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana dukungan keluarga pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember?
- b. Bagaimana kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Desa Sruni Jember?
- c. Bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

- a. Apakah terdapat Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di desa Sruni Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Dukungan Keluarga Pada Diabetes Melitus Tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Desa Sruni Kabupaten Jember.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi:

1. Tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam dukungan keluarga dengan kepatuhan diet didesa sruni kabupaten jember

2. Institusi pelayanan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan dalam pengambilan keputusan bagi fasilitas pelayanan masyarakat dalam kepatuhan diet.

3. Responden penelitian

Penelitian ini secara tidak langsung dapat memberikan informasi dan menambah wawasan bagi masyarakat pasien diabetes melitus tipe 2.

4. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi informasi dan referensi bagi penelitian selanjutnya.

