

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia tidak tiba-tiba menjadi tua tetapi mengalami tahap perkembangan dari bayi, anak-anak, dewasa hingga akhirnya menjadi tua. Proses penuaan mengakibatkan fungsi fisiologis individu mengalami penurunan sehingga penyakit degeneratif banyak muncul pada usia lanjut. Selain itu masalah degeneratif dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena infeksi penyakit menular maupun tidak menular (Sunaryo dkk. 2016).

Lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial secara bertahap. Secara umum, telah diidentifikasi bahwa usia lanjut pada umumnya mengalami berbagai gejala yang diakibatkan oleh penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial, dan ekonomi. Perubahan ini dapat memberikan pengaruh pada aspek-aspek kehidupan, termasuk kesehatannya. Proses menua di dalam perjalanan hidup manusia merupakan hal yang wajar yang akan dialami oleh semua orang (Pudyasti & Sugiyanto 2017).

Menurut WHO (2015), lanjut usia (lansia) merupakan kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Secara global proporsi penduduk berusia lebih dari 60 tahun pada 2014 adalah 12% dari total populasi dunia. Jumlah populasi lansia berusia lebih dari 60 tahun di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahun yaitu sebesar 9,60% pada tahun 2019 menjadi 10,7% pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah penyakit tidak menular salah satunya Diabetes Mellitus (DM). Berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah berjumlah dari 6,9% di tahun 2013 menjadi 8,5% di tahun 2018. Dan Prevalensi Diabetes Melitus di Indoneisa penderita tertinggi pada daerah Jawa, dikarenakan penduduk populasi tertinggi di daerah Jawa dengan jumlah penderita Diabetes Melitus 4,9%. Sedangkan pada daerah Kepulauan riau penderita Diabetes Melitus berjumlah 1,2% (Riset Kesehatan Dasar 2018).

Lansia dapat mengalami diabetes lebih sering daripada kelompok usia yang lebih muda. Perubahan terkait usia dapat meningkatkan risiko terkena diabetes. Diabetes Mellitus lebih dikenal sebagai penyakit yang membunuh manusia secara diam-diam atau "*silent killer*". Diabetes juga dikenal sebagai "*Mother of disease*" karena merupakan induk dari penyakit-penyakit lainnya seperti hipertensi, penyakit jantung, pembuluh darah, stroke, gagal ginjal dan kebutaan. penyakit DM dapat menyerang semua lapisan umur. Diabetes Mellitus merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kadar gula darah melebihi nilai normal (gula darah normal 80-120 mg/dl) dengan demikian cara untuk mengendalikan kadar gula darah dan meningkatkan kualitas hidup penderita DM dengan cara melakukan penerapan diet (Ramadani & Febry, 2019).

Pada kenyataannya, penderita DM yang sudah menjalankan program diet ternyata belum mampu mengendalikan glukosa darah dengan baik yang dapat dilihat dari kadar glukosa darah harian yang tetap tinggi. Pengaturan makanan sering mengalami kegagalan karena penderita tidak patuh dalam menjalankan

aturan makan yang baik. Kepatuhan diet adalah faktor penting dalam menjalankan diet sehingga kadar glukosa dalam darah dapat terkontrol. Kepatuhan diet menjadi komponen yang sangat penting bagi pengelolaan diabetes melitus (Ernawati dkk. 2020).

Kepatuhan diet adalah kesesuaian perilaku yang dilakukan oleh seseorang berdasarkan rekomendasi diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar glukosa yang tidak terkendali (Isnaeni 2018).

Terapi diet merupakan terapi utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus, diet yang sehat dapat mengurangi perkembangan penyakit diabetes mellitus. Penting diperhatikan dalam diet adalah jumlah kalori yang dibutuhkan oleh masing-masing individu, bukan jumlah banyaknya makan, hal ini bertujuan untuk mendapatkan kontrol metabolik, lipid dan tekanan darah (Fitriana & Eka Asvista 2021).

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi terjadinya DM adalah pola makan yang tidak sehat dimana mereka cenderung terus menerus mengkonsumsi karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan, sehingga dapat menaikkan kadar glukosa darah dan perlu adanya pengaturan diet pasien DM dalam mengkonsumsi makanan dan diterapkan dalam kebiasaan makan sehari-hari sesuai kebutuhan tubuh. Tidaklah mudah

mengatur pola makan bagi pasien DM, karena pasti akan timbul kejenuhan bagi pasien DM karena menu yang dikonsumsi serba dibatasi sehingga banyak faktor-faktor yang mendukung agar kepatuhan diet dapat berhasil (Komala 2016). Namun pada penelitian ini berfokus pada pengetahuan, motivasi diri, dan dukungan petugas kesehatan terhadap kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus.

Menurut (Ernawati dkk. 2020) pengelolaan diet yang tidak dijalani dengan baik dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan responden terhadap pentingnya menjaga pola makan agar terhindar dari munculnya komplikasi dari penyakit Diabetes Mellitus. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriana dan Eka Asvista 2021) menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet, karena responden dengan pengetahuan yang baik memiliki manajemen resiko terburuk jika melakukan hal yang tidak benar. Hal tersebut membuat responden dengan pengetahuan baik akan rajin dalam melakukan diet supaya sembuh dari penyakit tersebut.

Menurut (Datuela dkk. 2021) semakin baik motivasi yang dimiliki akan semakin tinggi tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan diet. Sebaliknya semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bertalina dan Purnama 2016) menunjukkan motivasi pasien merupakan salah satu hal yang mempengaruhi terhadap kepatuhan dalam menjalani diet Diabetes Mellitus. Motivasi yang masih rendah pada responden mungkin disebabkan oleh lama sakit pasien yang telah menahun serta kurangnya dukungan dari keluarga atau orang-orang di sekitarnya sehingga tingkat kepatuhan diet rendah.

Menurut (Hestiana 2017) petugas kesehatan memiliki peran yang besar dalam menyampaikan informasi mengenai kondisi kesehatan dan hal-hal yang harus dilakukan oleh pasien untuk proses kesembuhannya, salah satunya kepatuhan diet Diabetes Mellitus. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulia 2015) menunjukkan ada hubungan antara peran petugas kesehatan dengan kepatuhan dalam menjalankan diet. Responden yang kurang mendapat dukungan dari petugas kesehatan mempunyai risiko tidak patuh dalam menjalani diet dibandingkan dengan penderita yang mendapat dukungan baik dari petugas kesehatan. Dukungan dari tenaga kesehatan sangat diperlukan oleh pasien sebagai pemberi pelayanan kesehatan, penerimaan informasi bagi pasien dan keluarga serta rencana pengoatan selanjutnya.

Berdasarkan kunjungan lansia dengan penderita Diabetes Mellitus yang datang ke Puskesmas Sekupang rata-rata lansia sudah rajin minum obat, sudah rajin kontrol ke Puskesmas Sekupang, tetapi gula darah lansia penderita Diabetes Mellitus masih tidak terkontrol. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 pasien lansia yang terdiagnosa Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang terdapat 4 pasien lansia yang memiliki pengetahuan, motivasi diri dan kepatuhan diet baik, pasien mengatakan selalu menjaga pola makan dan mematuhi diet yang diberikan kepada dirinya. Pasien memakan makanan yang sesuai dengan diet yang dianjurkan dokter. Terdapat 6 pasien lansia yang memiliki pengetahuan, motivasi diri dan kepatuhan diet tidak baik, pasien lansia mengatakan walaupun sudah mengerti tentang diet yang harus dijalankannya, tetapi masih tetap memakan makanan selain diet yang diberikan.

Hasil ini memberikan gambaran bahwa penyakit Diabetes Mellitus masih perlu mendapat prioritas pelayanan kesehatan akibat dari perilaku masyarakat dalam mengkonsumsi makanan. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk mengambil judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Sekupang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi permasalahan dalam skripsi ini adalah “Faktor-Faktor apa saja Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Sekupang”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Sekupang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi motivasi diri pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.

- c. Diketahui distribusi frekuensi dukungan petugas kesehatan pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.
- d. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.
- e. Diketahui hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.
- f. Diketahui hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.
- g. Diketahui hubungan antara dukungan petugas kesehatan dengan kepatuhan diet pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sekupang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Bagi Praktik Keperawatan**

Diharapkan dapat memberikan pengalaman serta pembelajaran pada peneliti dalam melakukan asuhan keperawatan dan dapat menilai angka keberhasilan diet, serta dapat menerapkan pada klien lansia dengan DM.

##### **2. Manfaat Bagi Klien**

Diharapkan dapat menjadi informasi mengenai Diabetes Mellitus, kepatuhan diet dan pengelolaan Diabetes Mellitus sehingga tidak menimbulkan penyakit degeneratif lain.

### 3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Dapat memberikan literatur bagi peneliti selanjutnya serta mendalami atau memperbaharui ilmu terbaru khususnya tentang kepatuhan menjalankan diet.

#### E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan dengan gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Sekupang pada bulan Desember-Mei 2022 dengan metode penelitian kuantitatif.

#### F. Penelitian Terkait

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Ernawati dkk. 2020)

Penelitian yang berjudul Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas. Jenis penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Sampel diambil dari pasien DM yang berada di Prolanis yang hadir saat pemeriksaan laboratorium pada bulan Juni 2019. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Variabel terikat adalah tingkat kepatuhan diet, variabel bebas adalah tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, motivasi diri, dukungan keluarga dan peran tenaga kesehatan. Hasil: Jumlah sampel 32 orang, yang patuh diet 15 orang (46,9%), yang tidak patuh 17 orang (53,1%). Nilai P faktor variabel yang mempengaruhi pola makan adalah : umur  $p = 0,411$ , jenis kelamin  $p =$



0,035, Pekerjaan  $p = 0,131$ , lama DM  $p = 0,261$ , tingkat pendidikan  $p = 0,035$ , tingkat pengetahuan  $p = 0,036$ , motivasi diri  $p = 0,464$ , dukungan keluarga  $p = 0,314$ , dan P Tenaga kesehatan,  $p = 0,452$ . Variabel yang memiliki hubungan bermakna ( $P < 0,05$ ) dengan tingkat kepatuhan diet adalah jenis kelamin, tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan. Sedangkan untuk variabel umur, pekerjaan, lama DM, motivasi diri, dukungan keluarga, dan peran tenaga kesehatan memiliki hubungan yang tidak signifikan ( $P > 0,05$ ). Kesimpulan: Dari 32 penderita DM sebagian besar memiliki tingkat kepatuhan diet dengan kategori tidak patuh sebanyak 17 orang (53,1%), terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin, tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Hestiana 2017)

Penelitian yang berjudul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. Jenis penelitian yang digunakan adalah cross sectional study dengan populasi seluruh penderita DM tipe 2 tahun 2016 (1 Juli – 31 Desember) dan besar sampel adalah 57 responden. Pengukuran pengelolaan diet dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara umur ( $p < 0,01$ ), jenis kelamin ( $p < 0,01$ ), dan peran keluarga ( $p < 0,01$ ) dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet DM tipe 2. Tidak terdapat hubungan antara pendidikan ( $p: 0,44$ ), pekerjaan ( $p: 0,7$ ), pengetahuan ( $p: 0,42$ ), dan peran petugas kesehatan ( $p: 0,7$ ). Simpulan: Faktor-faktor yang berhubungan

dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet DM tipe 2 adalah umur, jenis kelamin, dan peran keluarga.

