

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang bersifat kompleks dan membutuhkan perawatan medis secara berkelanjutan dengan strategi dukungan penatalaksanaan diri dan pendidikan yang sangat penting untuk mencegah timbulnya komplikasi akut dan meminimalisir resiko terjadinya komplikasi dalam jangka panjang (ADA, 2018).

Jumlah kasus dan prevalensi penyakit DM di dunia mengalami peningkatan selama beberapa dekade terakhir sehingga menjadi masalah kesehatan yang cukup penting untuk dijadikan salah satu dari empat penyakit tidak menular yang menjadi prioritas target tindak lanjut oleh pemimpin dunia. Peningkatan jumlah penderita diabetes menjadi lebih banyak hampir empat kali lipat pada tahun 2014 yaitu sekitar 422 juta orang dewasa dibandingkan pada tahun 1980 hanya sekitar 108 juta orang. Asia Tenggara dan Pasifik Barat diperkirakan menjadi wilayah penderita diabetes terbesar di dunia (WHO, 2018).

Penyakit tidak menular seperti stroke, DM, tumor, dan penyakit jantung dianggap sebagai penyakit yang menyebabkan kematian di Indonesia. Presentasi tiap tahun mengalami peningkatan dari tahun 1995 yaitu 41,7%, tahun 2001 yaitu 49,5%, dan tahun 2007 yaitu 59,9%. Prevalensi penyakit DM di Indonesia mengalami peningkatan di tahun 2013 sebanyak 6,9 % menjadi 8,5% pada tahun 2018 sedangkan prevalensi diabetes melitus di Jawa Tengah sendiri sebanyak 2,1%. Peningkatan prevalensi penderita DM disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, mengonsumsi minuman beralkohol, kurangnya aktivitas fisik, dan kurangnya konsumsi buah dan sayur (Kemenkes, 2018)

Kasus DM di Surakarta pada tahun 2018 sebanyak 16.852 mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun 2017

sebanyak 13.902 kasus. Peningkatan penemuan kasus DM disebabkan oleh adanya peningkatan upaya penemuan kasus melalui pelayanan kesehatan dalam gedung maupun luar gedung seperti integrasi kegiatan PIS-PK, Posbindu PTM, dan jejaring fasilitas pelayanan kesehatan lainnya. Di Puskesmas Purwosari, penderita DM mengalami peningkatan dari 522 orang pada tahun 2017 menjadi 982 pada tahun 2018 (Dinkes Surakarta, 2019).

Pasien akan didiagnosis DM oleh dokter jika mengalami gejala seperti sering merasa haus dan buang air kecil, nafsu makan meningkat, kurang tenaga, penurunan berat badan secara drastis tanpa diketahui penyebabnya, serta pengukuran kadar gula darah yang hasilnya di atas nilai normal. Diabetes harus dilakukan pengobatan untuk menghindari terjadinya komplikasi. Pengendalian diabetes terdapat empat hal terpenting agar tidak menimbulkan komplikasi yaitu : edukasi, pengaturan makan, olahraga (gerak badan), dan obat dalam bentuk tablet atau dengan insulin. Pengaturan makan (diet) menjadi pilar terpenting dalam upaya pengobatan diabetes (Perkeni, 2015).

Penderita DM tidak menutup kemungkinan akan mengalami stres yang merupakan bentuk reaksi fisik maupun psikis yang muncul pada penderita saat menghadapi kejadian yang dianggap mengganggu. Gaya hidup tidak sehat dan tekanan dalam kehidupan terutama di perkotaan akan sangat berpengaruh bagi hidup penderita DM ditambah dengan pesatnya perkembangan teknologi serta berbagai gejala yang dirasakan karena penyakitnya hingga menyebabkan turunnya kondisi tubuh yang akan menimbulkan dampak stres jangka pendek maupun panjang. Stres yang dialami penderita diabetes juga berkaitan dengan *treatment* yang harus dilakukan yaitu salah satunya adalah dengan mematuhi program diet yang diatur berdasarkan 3J yaitu pertama adalah jumlah makan yang disesuaikan dengan tinggi dan berat badan. Kedua, jenis makanan yang terdiri dari karbohidrat, lemak, buah, dan sayur. Ketiga, jadwal makan

yang terdiri dari jadwal makan pokok dan makan selingan (Derek & Rottie, 2017)

Dari penelitian yang dilakukan oleh Anita sebanyak 45 responden, sebagian besar penderita DM mengalami stres sedang yaitu 23 responden (51,1%), 18 responden (40,0%) mengalami stres ringan, dan stres berat hanya dialami oleh 4 responden (8,9%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu sebanyak 56 responden penderita DM, 23 responden (41,1%) cukup patuh dalam menjalankan diet, 18 responden (32,1%) patuh dalam menjalankan diet, dan 15 responden (26,8%) tidak patuh dalam menjalankan diet.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 November 2019 di Puskesmas Purwosari dengan mewawancari dan membagikan kuisioner pada 9 pasien, didapatkan 5 pasien mengalami stres ringan, 4 pasien mengalami stres sedang dan untuk kepatuhan diet didapatkan 7 pasien patuh terhadap diet, 2 pasien tidak patuh terhadap diet.

Kepatuhan diet adalah harapan yang diinginkan oleh penderita DM, sehingga penderita harus dapat menjalankan anjuran terkait dengan pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh dokter. Patuhnya pasien terhadap diet yang dilakukan secara baik akan membuat kadar gula darahnya tetap terkontrol. Banyak jenis makanan yang memiliki pengaruh terhadap respon glikemik seperti kuantitas dan kualitas karbohidrat, cara penyajian makanan, tingkat pengosongan lambung, dan adanya nutrisi lain termasuk serat, lemak, dan protein. Kadar gula darah yang terkontrol akan membuat pasien terminimalisir timbulnya masalah besar seperti komplikasi. Dalam studi Diabetes Control dan Komplikasi Trial (DCCT), pendidikan mengenai gizi dan perilaku diet dapat meningkatkan metabolisme dan kontrol gula darah sehingga dapat mengendalikan diabetes (Rosyid, et al., 2017).

Ketidakpatuhan diet pasien DM mengakibatkan peningkatan kadar gula darah. Kondisi ini juga dapat menimbulkan masalah lain seperti stres, hipertensi, katarak, penyakit ginjal, penyakit jantung, serta timbulnya

gangren. Pandangan ini dapat memicu pasien untuk selalu patuh diet yang sangat mempengaruhi dalam mencapai keberhasilan penyembuhan penyakit DM. Oleh karena itu, pasien DM harus dapat terampil untuk melakukan perawatan pada diri sendiri dan menjaga gaya hidup supaya tidak terjadi komplikasi (Rahayu, 2017)

Dari uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan tingkat stres dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas didapatkan rumusan masalah yaitu “Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan kepatuhan diet pasien DM?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat stres dengan kepatuhan diet pasienDM.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien DM.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada pasien DM.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan kepatuhan diet pasien DM.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah tinjauan teoritis khususnya di bidang keperawatan tentang penyakit DM dan kepatuhan diet pasien DM serta sebagai bahan pertimbangan untuk dilakukan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penderita DM

Sebagai bahan masukan yang positif untuk mengendalikan stres dan mematuhi diet DM.

b. Bagi Peneliti

Dapat mendapatkan ilmu baru tentang tingkat stres dan kepatuhan diet penderita DM setelah melakukan penelitian.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat memberikan masukan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian khususnya tentang tingkat stres dan kepatuhan diet penderita DM.

E. Keaslian Penelitian

1. Rahayu (2017) yang meneliti tentang “hubungan kepatuhan diet diabetes melitus dengan tingkat kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di klinik penyakit dalam rsud dr. sayidiman magetan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan diet DM dengan tingkat kadar gula darah pada pasien DM. Jenis penelitian ini adalah korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampelnya adalah *purposive sampling* dan didapatkan responden sebanyak 56. Pengumpulan data menggunakan kuisisioner dan dianalisis dengan uji *spearman rank*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kepatuhan diet diabetes melitus dengan tingkat kadar gula darah penderita DM di klinik penyakit dalam rsud dr. sayidiman magetan.

Perbedaan penelitian ini dari peneliti adalah tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan tingkat kadar gula darah pasien DM dan di analisa dengan uji *spearman rank*.

2. Anita (2018) yang meneliti tentang “hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di rsud kota madiun”, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stress terhadap kadar gula darah pada penderita diabetesmelitus di rsud kota madiun. Penelitian ini menggunakan desain analisis korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi

dari penelitian ini adalah pasien DM di rsud kota madiun sejumlah 45 orang. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik total *sampling*. Hasil uji statistic *spearman rank* didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,61 dan p-value sebesar $0,000 < 0,05$, maka didapatkan kesimpulan yaitu terdapat hubungan tingkat stress dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di rsud kota madiun.

Perbedaan penelitian ini pada peneliti adalah tujuan penelitian ini untuk menghubungkan tingkat stress dengan kadar gula darah dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu teknik total *sampling* dan analisa di uji dengan *spearman rank*.