

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Diabetes Melitus (DM) adalah salah satu penyakit tidak menular yang jumlahnya semakin meningkat. Diabetes Melitus lebih di kenal sebagai pembunuh manusia secara diam – diam atau biasa disebut sebagai *Silent Killer*. Sering kali manusia tidak menyadari jika dirinya telah menyandang diabetes, dan begitu mengetahui sudah terlambat karena sudah komplikasi. Diabetes dikenal juga sebagai *Mother Disease* yang merupakan induk dari penyakit – penyakit lain seperti hipertensi, penyakit jantung dan pembuluh darah, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan (Azizah, I, N, 2022).

Diabetes Melitus yaitu suatu penyakit menahun yang di tandai dengan kadar gula darah melebihi normal, meliputi kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl dan kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl. Diabetes Melitus juga dapat disimpulkan sebagai suatu penyakit yang terjadi karena kadar gula dalam darah yang timbul terlalu tinggi (hiperglikemia) disebabkan oleh kelaianan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Jayanti, A, N, 2024).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan lebih dari 400 juta orang hidup dengan diabetes dan menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi. Data *Internasional Diabetes Federation* (IDF) mendapatkan 11,1% atau 1 dari 9 orang dewasa hidup dengan diabetes, dan diperkirakan akan terjadi peningkatan 46% (853 juta) di tahun 2050 (IDF,2025). Di Indonesia, terjadi peningkatan penderita diabetes yang signifikan. Indonesia menempati peringkat kelima dari penderita diabetes di tahun 2024 (IDF, 2025). Namun di balik angka statistik tersebut, terdapat jutaan manusia yang berjuang setiap hari dengan ketidaknyamanan, ketakutan dan bayang – bayang dari penyakit ini karena perubahan dari gaya hidup tidak sehat (Zani, A, Y, P, 2025).

Pada tahun 2024, diperkirakan lebih dari 20 juta orang di Indonesia hidup dengan diabetes melitus. Berdasarkan data *Internasional Diabetes Federation* (IDF), jumlah diabetes di Indonesia mencapai 19,5 juta dan diproyeksikan meningkat menjadi 28,6 juta pada 2045 jika tidak ada intervensi efektif. Angka diabetes melonjak hingga 11,7% di tahun 2023, sebuah sinyal bahaya yang tak bisa diabaikan hingga Indonesia darurat diabetes (Ardi, L, 2025).

Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia berdasarkan diagnosa dokter pada usia lebih dari lima belas taun telah meningkat 2% dari tahun sebelumnya, sehingga diabetes menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling penting. Diabetes menjadi penyebab kematian terbesar ketiga di Indonesia dengan persentase 6,7% setelah penyakit jantung koroner (12,9%) dan stroke (21,1%). Diabetes yang tidak dikendalikan dapat menyebabkan produktivitas yang lebih rendah, disabilitas, dan kematian dini (Zainab, Z., Sulaeman, S., Hasanuddin, I, 2024)

Di Jawa Timur sendiri, Dinas Kesehatan Provinsi memperkirakan jumlah penderita diabetes melitus pada penduduk usia ≥ 15 tahun ke atas mencapai 882.315 orang (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2025). Kabupaten Ponorogo merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur dengan prevalensi penderita diabetes yang cukup tinggi. Pada tahun 2024 jumlah penderita diabetes melitus di kabupaten Ponorogo yang tercatat mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar adalah sebanyak 15.825 orang atau sebesar 92,6% dari keseluruhan penderita diabetes melitus yang tercatat. (Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo Tahun 2024, 2024).

Berdasarkan data rekam medis RSUD dr. Harjono Ponorogo tahun 2024, angka penderita Diabetes Melitus (DM) cukup tinggi. Dalam kurun waktu bulan Januari hingga September 2024, tercatat sebanyak 1.325 penderita rawat inap dan 4.095 penderita rawat jalan. Puskesmas Jetis memiliki cakupan tertinggi pada tahun 2024. Jumlah penderita

diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Jetis tercatat sebanyak 563 orang yang tersebar di 11 desa, yaitu Desa Jetis, Desa Josari, Desa Wonoketro, Desa Kradenan, Desa Karanggebang, Desa Tegalsari, Desa Mojomati, Desa Ngasinan, Desa Kutukulon, Desa Kutuwetan, dan Desa Turi. Sebaran ini menunjukkan bahwa kasus diabetes melitus tidak hanya terpusat di satu wilayah, tetapi merata di seluruh desa dalam wilayah kerja Puskesmas Jetis. (Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo Tahun 2024, 2024).

Pencegahan diabetes melitus dengan mengubah pola gaya hidup yang sehat yaitu dengan olahraga, menjaga pola makan, mencari informasi penyakit diabetes melitus, dan latar belakang kebudayaan diabetes, bagi penderita membutuhkan insulin membantu menjaga kadar gula darah dibutuhkan kestabilan mempertahankan jumlah kalori dan karbohidrat yang baik (Dalimunthe, R, A, 2023).

Perilaku mengendalikan kadar gula darah merupakan hal sentral dalam pengelolaan diabetes, namun sekitar setengah dari penderita diabetes tidak mencapai target pengendalian glukosa mereka, suatu hari yang dipengaruhi oleh hambatan atau tantangan dalam pemantauan glukosa (Natale, P., Chen, S., 2023). Upaya pengendalian DM menjadi tujuan sangat penting dalam mengendalikan dampak komplikasi yang sangat berat bagi individu maupun keluarga juga pemerintah. Edukasi merupakan awal dari penatalaksanaan Diabetes Melitus untuk mengubah perilaku pasien dan gaya hidup. Edukasi pada pasien juga penting dilakukan pengelolaan sebagai langkah dalam pengendalian Diabetes Melitus dengan tujuan untuk meningkatkan perilaku terhadap pengendalian kadar gula darah sewaktu (Musdalipa, M, Nurhalini, N., 2025).

Solusi untuk perilaku terhadap pengendalian kadar gula darah sewaktu yaitu mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan monitoring gula darah, berhubungan dengan perubahan positif kadar gula darah pada penderita diabetes, menguatkan peran perilaku dalam mengontrol glukosa (Susilawati, E., Nurrika, D, 2023).

1.2 Batasan Masalah

Peneliti ingin membatasi masalah dengan gambaran perilaku penderita diabetes melitus (DM) dalam pengendalian kadar gula darah di wilayah puskesmas

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, bagaimana rumusan masalah yang terlihat dari gambaran perilaku penderita diabetes melitus (DM) dalam pengendalian kadar gula darah di Wilayah Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah gambaran perilaku penderita diabetes melitus (DM) dalam pengendalian kadar gula darah di wilayah puskesmas

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden penderita Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas (meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan).
- 2) Mengidentifikasi perilaku pengaturan pola makan (diet) pada penderita Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.
- 3) Mengidentifikasi perilaku aktivitas fisik (olahraga) pada penderita Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.
- 4) Mengidentifikasi perilaku kepatuhan konsumsi minum obat pada penderita Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.
- 5) Mengidentifikasi perilaku pemantauan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.