

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus tipe 2 (DM tipe 2) adalah salah satu penyakit di seluruh dunia termasuk di Indonesia. Diabetes melitus merupakan kondisi jangka panjang yang ditandai dengan tingginya kadargula darah disertai dengan masalah metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein karena fungsi insulin yang buruk. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa tahun terakhir (WHO, 2016).

World Health Organization (WHO) memprediksi kenaikan diabetes melitus di dunia dari 463 juta pada tahun 2019 menjadi 700 juta pada tahun 2045 naik menjadi 51%. Prevalensi secara global pada tahun 2019 diperkirakan 9,3% (463 juta orang) , meningkat menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045. Jumlah diabetes di kota lebih tinggi 10,8% daripada daerah desa 7,2% di negara berpenghasilan tinggi 10,4% dan negara berpenghasilan rendah 4,0%. Sejumlah 50,1% penderita diabetes tidak menyadari bahwa mereka mengalami diabetes (Saeedi *et al.*, 2019).

Survei yang dilakukan oleh *International Diabetes Federation* (IDF) mengatakan sekitar 382 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus pada tahun 2013, dengan kategori diabetes melitus adalah 4.6%. jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat dan mencapai 592 juta orang pada tahun 2035 (Atlas, 2015). Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus penduduk di Indonesia mencapai 6,9% di tahun 2013, dan meningkat

menjadi 8,5% pada tahun 2018. Prevalensi di Jawa Timur meningkat dari 2,1% pada 2013 menjadi 2,6% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

Ada beberapa penatalaksanaan diabetes mellitus diantaranya adalah edukasi, pengobatan, pengelolaan diet dan aktivitas fisik. Penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup seperti kebiasaan pola makan yang sering mengkonsumsi makanan tinggi glukosa dan tinggi karbohidrat, maka dari itu perlu adanya pengelolaan diet bagi pasien diabetes mellitus untuk menjaga kadar glukosa darah agar tetap stabil.

Aktivitas fisik juga berdampak pada kualitas hidup mereka. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat mengontrol kadargula darah, meningkatkan sensitivitas insulin, dan mengurangi risiko komplikasi pada diabetes. Dukungan sosial termasuk keluarga dapat membantu meningkatkan kepatuhan pasien terhadap aktivitas dan kepatuhan diet makanan yang disarankan.

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Iskim Luthfa menjelaskan bahwa dukungan keluarga pada pasien diabetes tipe 2 sebagian besar rendah (67,9%), dengan bentuk dukungan yang paling mudah diberikan yaitu berkaitan dengan support emosional dan dukungan yang paling sulit yaitu berkaitan dengan support informasi. Bentuk support yang diberikan kepada penderita diabetes yaitu pasien dapat menerima kondisi yang sedang dialaminya. Hal ini dapat dijelaskan bahwa secara teori support emosional paling penting untuk pasien diabetes melitus (Luthfa, 2016).

Riset yang dilakukan Eka Prima Putra menjelaskan bahwa sebanyak (62,2%) responden mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi, sebanyak 67 (60,4%) responden mendapatkan dukungan emosional tinggi, sebanyak 58 (52,3%) mendapatkan dukungan penghargaan tinggi, sebanyak 62 (55,9%) mendapatkan dukungan instrumental dan sebanyak 65 (58,6%) mendapatkan dukungan informasional tinggi (Eka Prima *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan Irawati & Firmansyah (2020) terkait kepatuhan diet makanan pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Cipondoh tahun 2020 dilakukan pada 86 responden didapatkan bahwa sebanyak 30 orang (31,3%) patuh, sebanyak 66 orang (68,8%) tidak patuh karena kurang memperhatikan jenis makanan pada saat menjalankan kepatuhan diet diabetes melitus (Irawati & Firmansyah, 2020).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 22 Oktober – 4 November 2024 di puskesmas Sananwetan Kota Blitar, di dapatkan hasil data wawancara 5 dari 7 lansia memiliki aktivitas fisik yang buruk. Dukungan yang diberikan keluarga kurang maksimal. Peneliti memerlukan studi lebih lanjut mengenai Dukungan Keluarga terhadap Aktivitas Fisik dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Sananwetan.

Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kepatuhan diet yang dijalankan pasien diabetes mellitus tipe 2 ini. Saat salah satu anggota keluarga memiliki masalah kesehatan maka keluarga berperan penting dalam mengatasi masalah tersebut. Dukungan ini sangat dibutuhkan untuk menjalani kepatuhan diet makanan pada pasien diabetes melitus. Selain menjalani kepatuhan diet

makanan, pasien diabetes melitus juga wajib menjalankan aktivitas fisik. Masih banyak orang yang belum memahami dukungan keluarga juga dapat mempengaruhi aktivitas fisik pasien diabetes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keluarga dalam mendukung aktivitas fisik dan ketaatan diet makanan pasien diabetes melitus tipe 2 secara konsisten. Berkaitan dengan hal tersebut, manfaat dari tulisan ini adalah keluarga dapat memberikan dukungan penuh terkait aktivitas fisik dan pasien dapat patuh terhadap diet yang disarankan.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dukungan keluarga adalah komunikasi, pemahaman tentang diabetes, dan keterlibatan fisik. Keluarga yang mengetahui tentang diabetes cenderung memberikan dukungan secara tepat. Pendidikan untuk keluarga sangat penting guna meningkatkan dukungan aktivitas fisik dan ketaatan diet pada pasien diabetes melitus

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan suatu permasalahan yaitu “Apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan aktivitas fisik dan ketaatan diet pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sananwetan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan aktivitas fisik dan ketaatan diet pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sananwetan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan keluarga pasien diabetes melitus tipe 2
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet dan aktivitas fisik pasien diabetes melitus tipe 2
- c. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet dan aktivitas fisik pasien diabetes melitus tipe 2

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Peningkatan Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian dapat membantu Puskesmas Sananwetan dalam menyusun intervensi yang lebih terarah dan efektif untuk meningkatkan dukungan keluarga terhadap pasien diabetes melitus tipe 2. Hal ini dapat meningkatkan kepatuhan diet dan aktivitas fisik pasien, serta mengurangi risiko komplikasi.

- b. Pengembangan Program Edukasi

Temuan dari penelitian dapat digunakan untuk mengembangkan program edukasi yang lebih spesifik dan efektif bagi keluarga pasien diabetes melitus tipe 2. Program ini dapat mencakup aspek dukungan keluarga dalam mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat.

- c. Peningkatan Kualitas Hidup Pasien

Peningkatan dukungan keluarga, diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 melalui pengelolaan yang lebih baik terhadap diet dan aktivitas fisik pasien DM.

2. Manfaat Teoritis

a. Kontribusi terhadap Literatur Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi baru terhadap literatur kesehatan, khususnya dalam memperluas pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diabetes melitus tipe 2. Hasilnya dapat menjadi acuan bagi penelitian lanjutan di bidang yang sama.

b. Validasi Teori Kesehatan

Temuan penelitian dapat digunakan untuk menguji dan memvalidasi teori-teori tentang pengaruh dukungan sosial dan lingkungan keluarga terhadap manajemen diabetes melitus tipe 2. Ini dapat memperkuat bukti-bukti empiris yang mendukung intervensi kesehatan yang lebih holistik.