

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan yang penting dan signifikan secara global. DM adalah suatu kondisi kronis (tidak bisa sembuh dan berlangsung seumur hidup), dengan kondisi kadar Gula Darah seseorang meningkat. Kondisi ini juga dapat menyebabkan terjadinya komplikasi serius seperti gangguan pada Jantung, Pembuluh Darah, Kerusakan pada organ Ginjal, gangguan Penglihatan serta Gangguan pada sistem Saraf. Prevelensi penderita penyakit DM semakin meningkat disebabkan oleh gaya hidup, pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktifitas fisik (Unicef, 2021).

Diabetes Melitus (DM) adalah salah satu penyakit tidak menular yang mengalami peningkatan jumlah penderitanya secara global dengan kecepatan terbesar (Kibirige et al., 2019). Berdasarkan hasil Prevelensi *International Diabetes Federation* (2024) Beberapa Negara termasuk China, India, Amerika Serikat, Indonesia, Brazil adalah Negara dengan pemilik jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia (IDF, 2024). Terdapat 588,7 Juta Jiwa penderita penyakit Diabetes Melitus di dunia dan diperkirakan pada Tahun 2050 akan adanya peningkatan dengan presentase 45% dengan perkiraan terdapat 852,5 Juta jiwa yang menderita penyakit Diabetes Melitus (IDF, 2024). Jika tidak ada upaya intervensi yang signifikan, jumlah penderita diabetes diperkirakan akan

naik menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (Sun et al., 2022).

Prevalensi DM didunia dilaporkan setiap tahunnya meningkat. Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), diperkirakan terdapat sekitar 20,4 Juta Jiwa Kasus Diabetes di Indonesia dengan Prevalensi 11,3% pada Tahun 2024 dengan jumlah angka kematian yang disebabkan oleh Diabetes Melitus sekitar 131,6 (seratus tiga puluh satu koma enam ribu) Jiwa dan diperkirakan akan meningkat pada Tahun 2050 menjadi 28,6 Juta Jiwa (IDF, 2024).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Prevalensi DM berdasarkan Diagnosis Dokter pada Penduduk semua umur di Provinsi Maluku berada pada angka 0,6% dengan total jumlah penderita Diabetes Melitus yaitu 6,000 (enam ribu) jiwa. Dan untuk Prevalensi DM berdasarkan Proporsi Jenis/Tipe yaitu Tipe 1 dengan Prevalensi 20,9% & Tipe 2 yaitu 44,7% (Kemenkes, 2023).

Jumlah populasi pasien Diabetes Melitus pada wilayah kerja Puskesmas Tawiri-Laha tercatat mencapai 159 pasien.

Menurut Hartono dalam Windusari (2021) kepatuhan diet DM adalah ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi pasien DM setiap hari untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan, diet ini berupa 3J yaitu tepat jadwal, tepat jenis dan tepat jumlah (Windusari., 2021).

Terapi non farmakologis yang dapat diterapkan pada pasien DM yaitu menerapkan kepatuhan pola makan/diet DM, prinsip pengaturan makan pada pasien dengan diabetes yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu, pentingnya keteraturan makan dalam hal jadwal makan, jenis dan jumlah makanan terutama bagi pasien yang menggunakan Insulin (Roza, 2015).

Indeks Glikemik adalah angka yang menggambarkan tingginya gula darah dari jenis karbohidrat yang berada dalam suatu jenis pangan menurut efeknya kadar glukosa darah. bahan makanan yang mengandung indeks glikemik tinggi adalah jenis bahan makanan yang cepat menaikkan kadar glukosa darah. konsep indeks glikemik dikembangkan untuk mengurutkan kemampuan jenis bahan makanan dalam meningkatkan kadar glukosa darah yang sangat berguna bagi orang-orang yang mengalami kegagalan toleransi glukosa (Pakar Gizi Indonesia, 2016).

Pola makan atau diet merupakan determinan penting yang menentukan obesitas dan juga mempengaruhi resistensi insulin. Prinsip pengaturan makan pada penyandang diabetes hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Pada penyandang diabetes perlu ditekankan pentingnya keteraturan makan dalam hal jadwal makan, jenis dan jumlah makanan, terutama

pada mereka yang menggunakan obat penurunan glukosa darah atau insulin (Riskesdas, 2013). Pasien DM dianjurkan untuk memilih jenis bahan makanan dengan indeks glikemik rendah sehingga tidak cepat menaikkan kadar glukosa darah (Tsalissavrina et al., 2018).

Diabetes Melitus Tipe 2 berhubungan dengan konsumsi makanan yang tinggi karbohidrat karena seseorang apabila mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat terutama glukosa akan dipecah dan diserap dalam bentuk monosakarida. Kadar glukosa meningkat sebagai akibat dari penyerapan glukosa yang dikonsumsi dan juga meningkatkan sekresi insulin (Warmi Hernida et al., 2020). Tingginya risiko Diabetes Melitus berkorelasi erat dengan nilai indeks glikemik dan beban glikemik pangan berkarbohidrat tinggi (Pakar Gizi Indonesia, 2016).

Kepatuhan diet tepat 3J yang baik dapat membantu terkontrolnya glukosa darah. Kepatuhan diet tepat 3J dapat diketahui baik melalui kuesioner maupun secara biomolekuler. Hemoglobin A1c (HbA1c) merupakan salah satu penanda kontrol glikemik pada penderita DM (Jalilian et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Yahya Subagjo (2024), menunjukkan bahwa kontrol glikemik yang baik dapat menurunkan resiko komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien DM (Subagjo et al., 2024). Penelitian lain yang dilakukan oleh Micha (2017), juga menunjukkan hasil bahwa kepatuhan diet juga dapat menurunkan resiko penyakit kardiovaskular (Micha et al., 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Winanda Riski.,dkk (2024), dengan judul Hubungan Kepatuhan diet dan gaya hidup terhadap kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Type 2, hasil yang didapatkan sebagian besar responden dengan pola diet yang tidak patuh memiliki kadar gula darah ≥ 126 mg/dl, sedangkan pasien dengan kepatuhan diet yang baik kadar gula darahnya ≤ 126 mg/dl. Dan hasil P-Value 0.001 yaitu terdapat hubungan kadar gula darah terhadap kepatuhan diet pada pasien DMT2. dapat disimpulkan bahwa kepatuhan diet akan memengaruhi penurunan terhadap kadar gula darah pada penderita DMT2. Semakin patuh pasien terhadap diet, maka dapat menjaga kadar gula darahnya akan lebih terkontrol (Rizki & Akasyah, 2024).

Hasil penelitian Nurfika Assari dkk (2025), menegaskan bahwa mayoritas pasien diabetes mellitus Tipe 2 belum memiliki kepatuhan diet yang optimal dan kadar HbA1c yang tidak terkontrol. Kepatuhan diet memiliki pengaruh penting terhadap perubahan kadar gula darah terutama kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus Tipe 2. Apabila konsisten mengikuti aturan diet dengan baik, maka kadar glukosa darah atau HbA1c cenderung berada dalam batas normal (Nurfika Assari, Dini R, 2025).

Dan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebanyak 2 kali di Laboratorium RSU Martha Friska Multatuli Medan Tahun 2018 diperoleh hasil dari 15 sampel pasien DM Tipe 2 yang dianalisa kadar HbA1c $> 8\%$ dengan kriteria pengendalian DM buruk sebanyak 10 sampel, kadar

HbA1c 6,5-8% dengan kriteria pengendalian DM sedang sebanyak 4 sampel. Dari hasil penelitian Jenny Ria Sihombing & Eka Margareta (2024), didapat pengendalian DM di rsu Martha Friska Medan masih buruk, hal tersebut dapat disebabkan karena pasien tidak mematuhi diet, olahraga dan obat selama pengobatan dan mematuhi pada saat akan berobat, sedangkan kadar HbA1c $< 6,5\%$ dengan kriteria pengendalian DM baik sebanyak 1 sampel (Sihombing & Margareta, 2024).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Analisis Deskriptif Kadar HbA1c Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tawiri-Laha”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kadar HbA1c berdasarkan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tawiri-Laha?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran kadar HbA1c berdasarkan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Tawiri-Laha.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur kadar HbA1c pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2

- b. Menilai kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Tawiri-Laha

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Akademik

Sebagai bahan referensi tambahan, untuk penambah informasi dalam Pendidikan di Poltekkes Kemenkes Maluku, dan juga sebagai bahan ajar bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Maluku dalam mempelajari Mata Kuliah Kimia Klinik.

2. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan wawasan serta referensi tambahan bagi Masyarakat tentang gambaran kadar HbA1c berdasarkan tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus Tipe 2 di Puskesmas Tawiri-Laha.

3. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman nyata yang berharga dalam mengimplementasikan dan meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang gambaran kadar HbA1c berdasarkan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Tawiri-Laha.