

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular atau PTM merupakan penyakit yang sering terjadi di Dunia, selain dikenal sebagai penyakit kronis, penyakit tidak menular juga menjadi penyebab kematian tertinggi. Sebanyak 41 juta orang terbunuh setiap tahunnya karena penyakit tidak menular dan hal ini setara dengan 74% dari seluruh kematian secara global diakibatkan penyakit tidak menular. Adapun 2 juta termasuk kematian akibat penyakit ginjal yang disebabkan oleh diabetes mellitus (WHO, 2023).

Diabetes mellitus (DM) atau yang lebih dikenal sebagai penyakit kencing manis merupakan penyakit kronis yang berkaitan dengan defisiensi atau resistensi insulin relatif atau absolut, dan ditandai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. Kondisi ini muncul dalam dua bentuk, yaitu tipe-1, ditandai dengan insufisiensi insulin absolut, dan tipe-2, ditandai dengan resistensi insulin disertai kelainan sekresi insulin berbagai tingkatan (Pamela, 2021). Angka kejadian DM pada tahun 2023 di dunia yaitu 547 juta (WHO, 2023). Klien DM di Indonesia mencapai 20,3 juta orang pada tahun 2023 dan Indonesia termasuk dalam urutan ke lima negara dengan klien DM terbanyak di dunia. Prevalensi kejadian DM di Jawa Barat tahun 2023 sebanyak 4,3% (Saprudin, 2023).

Berdasarkan Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung, diabetes mellitus menempati posisi ke dua tertinggi penyakit tidak menular setelah hipertensi di wilayah Kabupaten Bandung pada tahun 2023. Prevalensi diabetes mellitus tahun 2019-2023 di wilayah Kabupaten Bandung sebesar 2,3% dari total jumlah penduduk usia produktif. Kasus baru diabetes mellitus pada usia produktif di wilayah Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung tahun 2019-2023 mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, pada tahun 2021 sebanyak 10.619 orang, tahun 2022 sebanyak 16.841 orang dan tahun 2023 sebanyak 22.231 orang.

Penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2 dilakukan dengan prinsip 5 pilar diantaranya edukasi, pola makan, latihan jasmani, intervensi farmakologi dan pemeriksaan gula darah (Kemenkes RI, 2020). Edukasi mengenai diabetes mellitus tipe 2 wajib diberikan oleh tempat pelayanan kesehatan yang mendiagnosa seseorang mengalami diabetes mellitus tipe 2. Perlu adanya pengaturan pola makan untuk mencegah terjadinya komplikasi. Latihan jasmani diperlukan untuk menghindari komplikasi terutama akibat obesitas. Intervensi farmakologi diberikan oleh tempat pelayanan kesehatan sesuai dengan ringan atau beratnya kondisi pasien diabetes mellitus tipe 2. Pemeriksaan gula darah secara rutin dilakukan untuk mengetahui tingkat kadar gula darah supaya bisa diatasi sedini mungkin (Kemenkes RI, 2020).

Masalah yang dihadapi oleh pasien diabetes mellitus tipe 2 diantaranya ketidaktahuan mengenai penyakit diabetes mellitus tipe 2, sulitnya mengatur pola makan, tidak melakukan aktivitas fisik, tidak patuhnya terhadap pengobatan dan juga tidak rutin dalam melakukan pemeriksaan gula darah (Kemenkes RI, 2020). Masalah yang sering dihadapi pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yaitu masalah ketidakpatuhan pola makan yang sudah direncanakan oleh tenaga kesehatan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suciana (2019) mengenai penatalaksanaan 5 pilar pengendalian DM terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 didapatkan faktor yang paling sulit diatasi yaitu kepatuhan pola makan yang sudah direncanakan terutama mengenai jumlah dan jenis makanan, sekitar 78% responden tidak patuh dalam dalam pola makan yang sudah ditentukan.

Risiko ketidakpatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yaitu bisa meningkatkan kadar gula darah dalam tubuh sehingga bisa menimbulkan dampak berbahaya dari diabetes mellitus tipe 2 diantaranya meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke, neoropati (kerusakan saraf) dikaki yang meningkatkan kejadian ulkus kaki (ulkus diabetik), infeksi dan bahkan keharusan untuk amputasi kaki, retinopati diabetikum, yang merupakan salah satu penyebab utama kebutaan, terjadi akibat kerusakan

pembulu darah kecil di retina, penyakit ginjal kronis dan risiko tinggi kematian (Kemenkes RI, 2020).

Kepatuhan pola makan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, sikap dan lingkungan (Sunaryati, 2020). Faktor ekonomi mempengaruhi terhadap daya beli seseorang dalam membeli makanan yang dibutuhkan. Sosial budaya mempengaruhi terhadap cara pengolahan dan penyajian. Agama mengatur makanan yang bisa dimakan dan tidak boleh dimakan serta tata cara makan yang baik. Pendidikan sebagai upaya mendapatkan pengetahuan dalam penentuan kebutuhan makanan yang bernutrisi. Sikap berpengaruh terhadap pola makan sebagai upaya kepedulian diri sendiri terhadap kesehatan yang dimiliki. Lingkungan bisa berpengaruh karena bisa menjadi kebiasaan seseorang dalam pola makan. Dari beberapa faktor tersebut, sikap menjadi salah satu faktor yang terpenting yang berhubungan dengan pola makan. Dikaitkan dengan pasien diabetes mellitus tipe 2, sikap merupakan faktor yang terpenting dalam kepatuhan pola makan. Hal tersebut dikarenakan pasien diabetes mellitus tipe 2 perlu membatasi asupan makanan yang biasanya bebas dimakan.

Penelitian yang dilakukan Manuntung (2019) mengenai hubungan pengetahuan dan sikap dengan pola makan sebagai faktor risiko diabetes mellitus tipe 2 didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan pola makan. Seseorang yang memiliki pengetahuan tentang pola makan yang baik masih memungkinkan untuk memiliki pola makan yang tidak sesuai dengan pedoman umum gizi seimbang. Karena dengan pengetahuan yang baik tidak menjamin seseorang tersebut memiliki pola makan yang sesuai apabila seseorang tersebut memiliki sikap yang negatif, bersikap negatif berpengaruh terhadap perilaku pola makannya menjadi tidak sesuai sehingga kebutuhan gizinya bisa berlebihan, sedangkan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 perlu adanya pembatasan asupan makanan.

Penelitian yang dilakukan Sohorah (2022) mengenai hubungan sikap dengan pola makan penderita diabetes mellitus didapatkan hasil bahwa ada

hubungan sikap dengan pola makan penderita diabetes mellitus dengan p-value 0,027. Sikap yang baik atau mendukung terhadap pola makan yang telah ditentukan pada pasien diabetes mellitus maka pasien akan patuh dalam pola makan dikarenakan sikap tersebut sebagai bentuk kepedulian pasien terhadap kesehatan yang perlu dijaga karena menderita diabetes mellitus dalam upaya mencegah terjadinya komplikasi.

Komponen sikap meliputi sikap kognitif berupa *self concept*, sikap afektif berupa *self efficacy* dan sikap konatif berupa *self compassion* (Azwarm 2020). Sikap secara khusus berdasarkan Neff (2017) disebut sebagai *self compassion*. *Self compassion* adalah sikap perasaan terbuka terhadap penderitaan diri sendiri, yang melibatkan pemahaman yang tidak menghakimi atas rasa sakit yang dialami, adanya kekurangan yang dimiliki oleh individu tersebut serta kegagalan yang dialami oleh orang lain (Neff, 2017). *Self compassion* merupakan sikap penerimaan terhadap penyakit yang dialami sehingga bisa meningkatkan perilaku menjadi lebih baik (Lestari, 2020). Dikaitkan dengan kepatuhan pola makan pasien diabetes mellitus tipe 2 maka sikap sangat diperlukan supaya pasien bisa patuh dalam pebatasan asupan makanan untuk mencegah komplikasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung pada tanggal 12 Maret 2024 didapatkan hasil prevalensi pasien diabetes mellitus tipe 2 yang berkunjung ke poli umum dalam 1 tahun terakhir yakni pada tahun 2023 sebanyak 2.304 kunjungan dengan menempati urutan ketiga setelah hiperkolesterol dan hipertensi, Data 3 bulan terakhir didapatkan data perbulan kunjungan pada bulan Desember 2023 sebanyak 146 kunjungan, pada bulan Januari 2024 sebanyak 189 kunjungan, pada bulan Februari 2024 sebanyak 218 kunjungan,. Dari data yang diperoleh dapat dikatakan bahwa kunjungan pasien diabetes mellitus tipe 2 di poli umum dalam Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung mengalami peningkatan.

Hasil wawancara terhadap 5 orang pasien diabetes mellitus tipe 2 didapatkan hasil bahwa semuanya sudah mendapatkan edukasi mengenai diabetes mellitus tipe 2. Semuanya mengatakan sudah berusaha melakukan

aktivitas fisik seperti jalan kaki dan berolahraga. Semuanya mengatakan selalu mengonsumsi obat yang diberikan oleh puskesmas dan semuanya mengatakan apabila datang ke Puskesmas pasti melakukan pemeriksaan gula darah. Selanjutnya didapatkan 4 orang mengatakan sering mengonsumsi makanan di luar program yang telah ditentukan oleh tenaga kesehatan dari puskesmas. Hal tersebut dikarenakan pasien merasa tidak akan apa-apa kalau mengonsumsi makanan yang tidak diperbolehkan yang penting obat tetap di minum. Selain dari itu menurut 4 orang tersebut yang paling sulit yaitu jenis makanan mengatur jadwal makan sehingga sering tidak peduli terhadap jenis makanan dan jadwal makan.

Berdasarkan pemaparan dan studi pendahuluan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan *self compassion* dengan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan *self compassion* dengan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *self compassion* dengan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran *self compassion* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung.
2. Mengidentifikasi kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung.

3. Menganalisis hubungan *self compassion* dengan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis dari hasil penelitian dapat terlihat bahwa adanya Hubungan *self compassion* dengan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Pihak Puskesmas

Pihak puskesmas bisa meningkatkan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan cara meningkatkan *self compassion* dengan cara memberikan penyuluhan mengenai kepatuhan pola makan.

2) Bagi Perawat

Perawat sebagai edukator bisa melakukan edukasi dan perubahan sikap yaitu meningkatkan *self compassion* menjadi lebih baik supaya pasien diabetes mellitus tipe 2 bisa berperilaku patuh mengenai pola makan.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data dasar untuk penelitian lanjutan tentang mengenai upaya meningkatkan kepatuhan pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 seperti melakukan penelitian mengenai pendidikan kesehatan terhadap peningkatan kepatuhan pola makan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Tenaga kesehatan sebagai edukator dan fasilitator harus mampu mengidentifikasi faktor yang menyebabkan perilaku patuhnya pola makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Perilaku patuh tersebut bisa dipengaruhi oleh sikap dan bagian dari sikap yaitu *self compassion*. Metode penelitian yang digunakan berupa kuantitatif dengan deskriptif korelasi dan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi yaitu pasien diabetes mellitus tipe 2 yang terdapat di puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung sebanyak 218 pasien, dengan jumlah sampel sebanyak 69 responden. Penelitian dilakukan pada bulan April 2024. Analisis berupa analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan *chi square*.