

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Diabetes Mellitus merupakan masalah kesehatan masyarakat dan menjadi salah satu dari empat PTM prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia (HR et al., 2021). Diabetes Mellitus dibagi menjadi 2 jenis yaitu Diabetes Mellitus tipe 1 dan Diabetes Mellitus tipe 2. Kedua jenis Diabetes Mellitus ini dibedakan oleh faktor penyebabnya (Nusdin, 2022).

Data Rumah Sakit Royal Jambi menunjukkan bahwa dalam tiga bulan terakhir (Agustus–Oktober 2025) jumlah kunjungan pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 mengalami peningkatan yang signifikan. Berdasarkan laporan rekam medis, tercatat sebanyak \pm 505 pasien DM Tipe 2 menjalani pengobatan rawat jalan selama periode tersebut. Sebagian besar pasien datang dengan kondisi kadar gula darah yang tidak terkontrol, disertai keluhan klasik seperti poliuria, polidipsia, kelelahan, serta komplikasi awal seperti neuropati dan gangguan penyembuhan luka.

Kondisi ini menunjukkan masih rendahnya kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat secara konsisten. Sebagian besar Diabetes Mellitus tipe 1 disebabkan oleh penurunan kerja organ tubuh karena penuaan atau gaya hidup sedangkan Diabetes Mellitus tipe 2 disebabkan oleh karena insulin yang tidak dapat direspon dengan baik oleh sel-sel tubuh. Sekitar 90-95% dari seluruh penderita Diabetes Mellitus merupakan Diabetes Mellitus tipe 2 (Syamsiah, 2022). Menurut *Federasi Diabetes Internasional* (FDI), 463 individu berusia antara 20 dan 79 tahun mendapatkan diagnosis Diabetes Mellitus pada tahun 2019. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi Diabetes Mellitus pada tahun 2019 sebesar 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi Diabetes Mellitus diprediksi meningkat seiring dengan penambahan usia penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta antara usia 65-79 tahun. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat hingga 578 juta pada tahun 2030 akan meningkat menjadi 592 juta orang pada tahun 2035 dan 700 juta pada tahun 2045 (Pratiwi et al., 2024).

Prevalensi di Indonesia, Diabetes Mellitus merupakan penyebab kematian terbesar urutan ke-3 (6,7%) setelah stroke (21,1%) dan jantung (12,9%) (Saimi & Satriyadi, 2024). Negara didunia mendata 10 negara dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus yang paling tinggi dan Indonesia berada pada urutan ke-7 dari 10 negara tersebut. Indonesia adalah negara satu-satunya

di Asia Tenggara yang masuk daftar kedalam negara penyumbang tertinggi prevalensi Diabetes Mellitus (Harefa & Lingga, 2023).

Data Profil Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2022 menyebutkan Diabetes Mellitus menempati urutan ke-5 penyakit terbanyak di Provinsi Jambi dengan persentase 6,05% (45.781 orang), dimana 1.510 orang berasal dari Kabupaten Kerinci, dan 1.187 dari Kota Sungai Penuh (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2023).

Peningkatan prevalensi penyakit Diabetes Mellitus yang terus meningkat setiap tahunnya ini masih berhubungan dengan perubahan pola hidup masyarakat, pada umumnya karena terus berkembangnya tingkat ekonomi dan perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup yang biasanya terjadi itu ada di pola makan yang memiliki kalori tinggi tanpa disertai dengan aktivitas olahraga yang cukup yang mana bisa mengakibatkan kecenderungan (predisposisi) yaitu terjadinya resistensi insulin di dalam tubuh yang akhirnya nanti akan menyebabkan terjadinya Diabetes Mellitus (Supriyatno *et al.*, 2022).

Gaya hidup yang sehat sangat penting dalam menjaga gula darah pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe 2. Mengatur makanan, tidur yang cukup sekitar 7-9 jam perhari, olahraga secara teratur, pengelolaan stres dengan baik, dan pemantauan gula darah secara rutin secara signifikan membantu menjaga kadar gula darah tetap terkendali. Dengan menerapkan perubahan gaya hidup yang tepat, banyak pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dapat mengurangi ketergantungan pada obat dan mencegah komplikasi Diabetes Mellitus jangka Panjang. Jika diperlukan, pasien harus berkonsultasi dengan tenaga medis untuk merancang rencana gaya hidup yang sesuai dengan kondisi kesehatan mereka (Riangkam *et al.*, 2022).

Menurut Azizah *et al.*, (2019) pasien yang memiliki gaya hidup tidak sehat disebabkan karena pola makan tidak sehat dan tidak melakukan aktivitas fisik. Masih banyak penderita Diabetes Mellitus yang sering mengonsumsi gula dan tidak melakukan aktivitas fisik secara rutin atau tidak berolahraga. Ketika seseorang tidak bekerja maka akan sedikit melakukan aktivitas. Apabila tubuh tidak digerakkan maka dapat menyebabkan peningkatan resistensi insulin. Hal ini berisiko meningkatkan kadar gula dalam tubuh (Kyrou *et al.*, 2020)

Hasil penelitian Maina *et al.*, (2023), menunjukkan hampir separuh 15 responden (26,8%) tidak bekerja dan jarang melakukan aktifitas. Semakin lama pasien menderita Diabetes Mellitus Tipe 2, maka semakin tinggi risiko terjadi komplikasi. Penelitian ini juga menunjukkan sebagian besar menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 ≥ 1 Tahun sebanyak 37 responden (66,1%) dan memiliki komplikasi penyakit jantung dan luka ulkus pada kaki.

Gaya hidup tidak sehat sering dilakukan oleh pria yang menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah merokok. Orang yang merokok setidaknya 16 batang setiap hari berisiko 62% lebih tinggi menderita penyakit Diabetes Mellitus dibandingkan bukan perokok (Fadhli *et al.*, 2022), hal ini sesuai hasil penelitian dalam kuisioner bahwa laki-laki yang menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 sebagian besar merokok. Kurangnya aktivitas fisik seringkali berhubungan dengan obesitas, yang merupakan faktor risiko utama terjadi Diabetes Mellitus Tipe 2. Lemak yang berada pada tubuh pasien menyebabkan resistensi insulin (Wulandari *et al.*, 2021). Pasien dengan gaya hidup buruk seperti tidak pernah melakukan aktivitas fisik dan olahraga dapat memperbesar risiko Diabetes Mellitus Tipe 2 (Vina *et al.*, 2021). Penting untuk menjaga gaya hidup sehat dengan rutin berolahraga, menerapkan pola makan yang baik (menjaga diet), dan memantau faktor risiko lainnya untuk mengurangi kemungkinan terjadinya peningkatan kadar gula darah (Riangkam *et al.*, 2022). Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti ingin meneliti tentang **“Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pasien Dalam Menerapkan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Royal Jambi”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apa saja Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pasien Dalam Menerapkan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Royal Jambi?”

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pasien Dalam Menerapkan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Royal Jambi.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menganalisis tingkat kepatuhan pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dalam menerapkan gaya hidup sehat di Rumah Sakit Royal Jambi.

1.3.2.2 Menganalisis hubungan faktor demografi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan lama menderita diabetes) dengan kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat.

1.3.2.3 Menganalisis hubungan faktor psikologis (pengetahuan dan self-efficacy) dengan kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat.

1.3.2.4 Menganalisis hubungan faktor sosial (dukungan keluarga dan dukungan petugas kesehatan) dengan kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat.

1.3.2.5 Menganalisis hubungan faktor akses pelayanan kesehatan (kemudahan akses dan keterjangkauan layanan) dengan kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat.

1.3.2.6 Mengidentifikasi faktor yang paling dominan memengaruhi kepatuhan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Royal Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti khususnya mengenai kepatuhan gaya hidup sehat pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi dan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3. Bagi RS Royal Prima

Membantu dalam melakukan perencanaan dan pengembangan program pengendalian penyakit diabetes melitus tipe 2 pada Rumah Sakit.

1.4.4. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan tentang gaya hidup yang mempengaruhi kejadian diabetes melitus tipe 2 secara signifikan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini mengenai analisis dimensi gaya hidup dan stres pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RS Royal Prima Jambi. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan *accidental sampling*. Populasi pada penelitian ini yaitu masyarakat yang berobat ke RS Royal Prima Jambi, dengan sampel sebanyak Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%. Berdasarkan jumlah populasi sebanyak 505 pasien Diabetes Mellitus Tipe 2, diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 223 responden.. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer melalui wawancara dan pengisian kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat serta multivariat.