

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes melitus tipe 2 merupakan kondisi umum yang biasa terjadi pada orang dewasa ketika tubuh menjadi resistan terhadap insulin atau tidak bisa memproduksi insulin dengan cukup (World Health Organization, 2024). Peningkatan kasus diabetes melitus tipe 2 secara global dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain urbanisasi, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak sehat, meningkatnya angka obesitas, dan populasi yang menua (Pappachan,& Ashraf, 2024). Saat ini, diabetes melitus tipe 2 mencakup 90% dari semua diabetes di seluruh dunia dan merupakan beban penyakit kedelapan secara global yang diperkirakan akan menjadi beban penyakit kedua pada tahun 2050 (International Diabetes Federation, 2025).

Jumlah penderita diabetes melitus di seluruh dunia mencapai 537 juta orang dan diperkirakan akan meningkat sebesar 643 juta pada tahun 2030 serta 700 juta pada tahun 2045. Indonesia menempati peringkat kelima negara dengan jumlah penderita diabetes melitus, yaitu 19,5 juta orang pada tahun 2021 dan diperkirakan akan meningkat jumlahnya menjadi 23,3 juta orang pada tahun 2030 (International Diabetes Federation, 2021). Diabetes melitus menjadi penyebab kematian ketiga tertinggi di Indonesia, dengan persentase 6,7% setelah stroke (21,1%) dan jantung (12,9%) (Yuliana *et al.*, 2023). Data Survei Kesehatan Indonesia menunjukkan Prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis oleh dokter pada usia >15 tahun di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 3,6%. Prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional yaitu 2,2%, sehingga belum mencapai target (Badan Kebijakan Pembangunan

Kesehatan, 2023). Apabila diabetes melitus tidak dikelola dengan baik, dapat timbul komplikasi akut yang meningkatkan morbiditas dan mortalitas pasien (Wahyuni & Ramayani, 2020).

Komplikasi akibat dari penyakit diabetes melitus dapat berupa gangguan pada pembuluh darah makrovaskular, mikrovaskular serta gangguan pada sistem saraf. Komplikasi ini menyebabkan pasien diabetes harus menjalani lebih banyak pemeriksaan, prosedur, dan kunjungan klinis dibandingkan pasien tanpa diabetes melitus (Borries *et al.*, 2019). Penyakit diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan dan berdampak pada kualitas hidup sehingga membutuhkan perawatan khusus untuk penyakit ini (Wahyuni & Ramayani, 2020). Edukasi dan dukungan manajemen diri diabetes yang berkelanjutan sangat penting untuk mendukung pencegahan komplikasi akut, dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang (American Diabetes Association, 2025)

Manajemen diabetes yang efektif akan menuntut keterlibatan aktif pasien dalam perawatan dirinya sehari-hari. Perilaku perawatan diri diabetes menurut (ADCES) terdiri atas tujuh prinsip yang disebut dengan *ADCES7 Self-Care Behaviors* yaitu *healthy coping, healthy eating, being active, taking medication, monitoring, reducing risks*, dan *problem solving* (Kolb L.,2021). Diet diabetes melitus adalah salah satu pilar utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus, dengan memperhitungkan jumlah kebutuhan kalori dan keteraturan makan yang dibutuhkan melalui pengaturan menu makanan. Pengelolaan diabetes melitus secara menyeluruh dan mandiri sepanjang hayat melalui edukasi mampu meningkatkan kualitas hidup penderita dan mencegah terjadinya komplikasi akut maupun kronis yang berisiko menyebabkan kecacatan hingga kematian (Suyono, 2021).

Edukasi gizi menjadi salah satu intervensi yang dapat membantu mencapai tujuan pasien diabetes melitus untuk mengubah pola makan dan gaya hidup mereka (Mutagwanya, *et.al*, 2021). Melalui edukasi, individu didorong untuk menjalani hidup sehat, mencegah risiko yang lebih besar, dan mengelola diabetes secara terpadu. Intervensi edukasi kepada pasien juga diketahui efektif untuk meningkatkan *self efficacy* yang berperan penting dalam keberhasilan manajemen diri (Qiu et al., 2020). Penelitian Salahshouri, A. *et al.* (2018), menunjukkan bahwa intervensi dengan edukasi berbasis teori perilaku signifikan menaikkan skor *self efficacy* pasien diabetes melitus tipe 2 pasca edukasi.

Self efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka untuk memotivasi diri guna mencapai tujuan dalam situasi tertentu (Hunt et al. dalam Fathimatuzzuhra, 2024). *Self efficacy* mempengaruhi bagaimana individu merasa, berpikir, bertindak dan memotivasi diri (Bandura, 1997). Dalam konteks manajemen diet, *self efficacy* memiliki peran sebagai mediator utama yang mempengaruhi perilaku manajemen diet. *Self efficacy* diet akan mengacu pada sejauh mana individu memiliki keyakinan bahwa mereka dapat menggunakan keterampilan yang mereka miliki untuk mencapai perilaku makan yang sehat (Yang, L. *et al.*, 2021). Rendahnya *self efficacy* pasien diabetes melitus disebabkan oleh kegagalan dalam mencapai kadar hemoglobin glikosilasi yang optimal dan konsisten sehingga menimbulkan frustrasi dan kekecewaan yang menurunkan *self efficacy* (Dehghan, H., *et al.*, 2018). Selain itu, rendahnya pengetahuan, tidak mendapatkan edukasi terapi diet yang terstruktur dan ketidakpatuhan diet membuat pasien diabetes melitus mengalami kontrol glikemia yang buruk (Velázquez López, *et al.*, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan, diketahui prevalensi diabetes melitus tipe 2 di kota Yogyakarta memiliki prevalensi sebesar 3,2%, Kabupaten Kulon Progo memiliki prevalensi sebesar 2%, Kabupaten Bantul memiliki prevalensi sebesar 1,69%, Kabupaten Gunung Kidul memiliki

prevalensi sebesar 1,67% dan Kabupaten Sleman memiliki prevalensi sebesar 1,3%. Data tersebut menunjukkan bahwa Kota Yogyakarta menjadi daerah yang memiliki angka prevalensi tertinggi dibandingkan daerah lainnya yang ada di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Persadia merupakan komunitas yang cukup aktif sehingga memungkinkan peneliti mengakses populasi yang telah homogen dalam diagnosis dan memungkinkan peneliti dalam melakukan observasi serta berinteraksi secara langsung dengan pasien. Studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta pada komunitas Persadia (Persatuan Diabetes Indonesia) menunjukkan masih terdapat keterbatasan pengaturan diet diabetes dan edukasi pada anggota Persadia sejumlah 30 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Yogyakarta ditemukan bahwa anggota Persadia rutin mendapatkan edukasi namun belum ada hasil evaluasi dan monitoring tindak lanjut terhadap manajemen diet diabetes melitus.

Di Indonesia khususnya Daerah Istimewa Yogyakarta, penelitian mengenai pengaruh edukasi gizi terhadap *self efficacy* manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2 masih terbatas. Studi sebelumnya lebih berfokus pada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap pasien diabetes melitus tipe 2 (K kaluku, 2021). Beberapa studi lain menitikberatkan pada hubungan antara *self efficacy* dengan kontrol glikemik (Hutahean *et al.*, 2024) serta praktik *caregiver* dalam perawatan pasien diabetes melitus tipe 2 (Anggraini R . *et al.*, 2018). Berdasarkan temuan studi pendahuluan dan latar belakang yang diuraikan, peneliti bertujuan melakukan penelitian terkait pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* manajemen diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta.

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mendeskripsikan tingkat *self efficacy* manajemen diet sebelum edukasi gizi pada kelompok diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta.

1.3.2.2 Mendeskripsikan tingkat *self efficacy* manajemen diet sesudah edukasi gizi pada kelompok diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2 di komunitas Persadia wilayah Kota Yogyakarta.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu gizi, khususnya terkait dengan pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan bukti ilmiah bagi tenaga kesehatan, khususnya ahli gizi, terkait pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat *self efficacy* pasien dalam manajemen diet pasien diabetes melitus tipe 2.