

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan salah satu masalah kesehatan global yang terus meningkat, dengan jumlah penderita yang melonjak dari 200 juta pada tahun 1990 menjadi 830 juta pada tahun 2022. Peningkatan ini terjadi lebih cepat di negara berpenghasilan rendah dan menengah, di mana akses terhadap pengobatan masih sangat terbatas (WHO, 2024). Komplikasi jangka panjang dari DM sangat serius, mencakup penyakit kardiovaskular, nefropati, retinopati, neuropati, hingga amputasi akibat luka yang tidak sembuh (Silviani et al., 2023).

Data *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021 menunjukkan bahwa 537 juta orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan DM, dan angka ini diprediksi meningkat menjadi 643 juta pada 2030 serta 783 juta pada 2045. Dampak ekonomi dari penyakit ini juga besar, dengan estimasi biaya kesehatan global mencapai USD 966 miliar pada tahun 2021 (Purnawan, 2023).

Di Indonesia, prevalensi DM meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 10,9% pada 2018 (Risksedas, 2018). Indonesia kini menempati peringkat kelima dunia dalam jumlah penderita DM, dengan proyeksi mencapai 28,6 juta orang pada tahun 2045 (Enjelia et al., 2024). Gaya hidup tidak sehat, seperti konsumsi makanan tinggi gula, karbohidrat sederhana, dan aktivitas fisik yang rendah menjadi penyebab utama meningkatnya kasus DM. Faktor risiko lainnya termasuk obesitas, dislipidemia, hipertensi, dan riwayat penyakit jantung.

Tantangan utama dalam pengelolaan DM di Indonesia adalah rendahnya kesadaran masyarakat mengenai deteksi dini dan pentingnya perubahan gaya hidup. Banyak pasien tidak memahami pentingnya pengendalian pola makan, dan masih terdapat anggapan bahwa pengobatan medis saja cukup untuk mengendalikan penyakit ini (Raiy et al, 2020). Padahal, manajemen DM harus melibatkan perubahan perilaku, khususnya dalam aspek nutrisi.

Peran keluarga sebagai pendukung utama pasien sangat penting dalam pengelolaan DM, terutama dalam membantu pasien mematuhi anjuran medis terkait diet. Namun, literasi kesehatan keluarga masih rendah. Banyak keluarga belum memahami secara tepat makanan apa saja yang harus dihindari oleh penderita DM, termasuk makanan dengan gula tersembunyi, lemak jenuh, dan karbohidrat cepat serap (Prasetyawan et al., 2024).

Selain itu, hambatan struktural seperti keterbatasan tenaga kesehatan terlatih dan minimnya edukasi berkelanjutan di tingkat fasilitas kesehatan primer juga memperburuk kondisi ini. Program edukasi yang ada, meskipun sudah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 71 Tahun 2015 tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular, belum berjalan optimal karena keterbatasan sumber daya dan kurangnya partisipasi aktif masyarakat (Multazam et al., 2024).

Di Aceh, kasus diabetes meningkat. Data Dinas Kesehatan Aceh menunjukkan terjadi peningkatan pasien diabetes mellitus, dari 1,5 per 1.000 orang pada 2013 naik jadi 2 per 1.000 orang pada 2018 (Yusnanda et al., 2019). Di Puskesmas Meuraxa, Kota Banda Aceh, tercatat 102 pasien DM yang terdaftar dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) hingga Mei

2025. Namun, hasil observasi awal menunjukkan tingkat kepatuhan terhadap diet masih rendah. Beberapa pasien tetap mengonsumsi makanan tinggi gula, nasi berlebih, dan minuman manis, sering kali tanpa sepengetahuan keluarga. Hal ini diperburuk oleh budaya makan yang sulit diubah dan minimnya pengetahuan keluarga tentang pantangan makanan.

Peningkatan jumlah penderita diabetes mellitus (DM) di wilayah Meuraxa, Banda Aceh, menunjukkan urgensi penelitian terkait pengelolaan penyakit ini, terutama dalam aspek diet dan peran keluarga. Pada tahun 2022, tercatat sebanyak 226 pasien DM terdaftar di Puskesmas Meuraxa, dengan total kunjungan mencapai 4.532 kali, menunjukkan tingginya beban pelayanan kesehatan akibat penyakit ini (Munawarah et al., 2022).

Penelitian lain di RSUD Meuraxa juga mencatat adanya 441 kasus DM pada tahun yang sama, yang sebagian besar berkaitan dengan komplikasi serius seperti stroke (Putri et al., 2023). Selain itu, penelitian mengenai kepatuhan diet pasien DM rawat jalan di RSUD Meuraxa menunjukkan bahwa meskipun 66,7% responden memiliki pengetahuan yang baik dan 57,6% mendapat dukungan keluarga, kepatuhan terhadap diet masih rendah, menandakan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku (Ningsih et al., 2020).

Hal ini diperkuat oleh temuan bahwa pola makan merupakan faktor yang berhubungan signifikan dengan kadar gula darah ($p = 0,027$), bersama dengan faktor usia, aktivitas fisik, dan riwayat genetik (Munawarah et al., 2022). Data tersebut mengindikasikan bahwa pengetahuan dan keterlibatan keluarga terhadap pengaturan makanan pasien menjadi salah satu aspek penting yang perlu diteliti lebih lanjut dalam pengelolaan DM secara holistik di wilayah ini.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengetahuan dan Peran Keluarga Terhadap Pantangan Makanan Pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah terdapat hubungan pengetahuan dan peran keluarga terhadap pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan peran keluarga terhadap pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan keluarga tentang pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh.
2. Untuk mengetahui peran keluarga mengenai pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh.
3. Untuk mengetahui tingkat pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh.

4. Untuk menganalisis hubungan pengetahuan terhadap pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh.
5. Untuk menganalisis hubungan peran keluarga terhadap pantangan makanan pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pasien DM

Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih jelas tentang pentingnya dukungan keluarga dalam mematuhi pantangan makanan, sehingga membantu pasien menjalani diet yang lebih disiplin dan mengurangi risiko komplikasi diabetes.

1.4.2 Bagi Keluarga Pasien

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman keluarga mengenai pengelolaan diabetes, khususnya dalam hal pantangan makanan, serta membantu mereka memberikan dukungan yang lebih efektif dalam menjalani pola makan yang sehat untuk pasien.

1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian dapat menjadi acuan bagi tenaga medis dalam merancang program pendidikan kesehatan yang melibatkan keluarga pasien, guna meningkatkan keberhasilan pengelolaan diabetes melalui pemahaman yang lebih baik tentang diet yang tepat.

1.4.4 Bagi Pemerintah dan Pihak Terkait

Penelitian ini memberikan informasi yang dapat dijadikan dasar dalam merancang kebijakan atau program intervensi yang mendukung peran keluarga dalam pengelolaan Diabetes Mellitus, khususnya melalui penyuluhan mengenai pantangan makanan dan pola makan sehat. Hal ini penting untuk diterapkan di wilayah kerja Puskesmas Meuraxa Kota Banda Aceh, yang memiliki kebiasaan konsumsi makanan lokal tertentu yang berisiko bagi penderita Diabetes Mellitus.