

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Ketidakmampuan pankreas untuk melepaskan insulin atau masalah dengan fungsi insulin, atau keduanya, menyebabkan hiperglikemia, ciri khas kondisi metabolik yang dikenal sebagai diabetes melitus. Diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes gestasional, dan diabetes melitus adalah empat kategori yang diklasifikasikan oleh American Diabetes Association (ADA, 2020). Jumlah individu di Indonesia yang didiagnosis dengan diabetes melitus diproyeksikan akan meningkat dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035, menurut Federasi Diabetes Internasional (IDF). Ada 10 juta orang yang hidup dengan diabetes di Indonesia, menempatkannya di urutan ketujuh di antara sepuluh negara dengan penyakit tersebut teratas di dunia (IDF, 2020).

Diabetes melitus (DM) degeneratif menyerang sebagian besar populasi, dari muda hingga tua. Menurut Muslihoet al., (2021), Tipe 2, yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat, merupakan bentuk diabetes melitus yang paling umum. Komplikasi dari kondisi lain, termasuk serangan jantung, impotensi, amputasi, gagal ginjal, dan kebutaan, dapat terjadi pada penderita diabetes melitus (Dewi et al., 2020).

Hampir semua kejadian diabetes melitus (DM) adalah tipe 2, yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah. Kerusakan pada sistem kardiovaskular, ginjal, mata, dan jantung dapat terjadi akibat diabetes tipe 2 (Dendup et al., 2018). Sekitar 90% penderita diabetes menderita diabetes tipe 2, sementara 1 dari 11 orang di seluruh dunia menderita diabetes tipe 1. Pandemi diabetes tipe 2 sebagian besar terkonsentrasi di Asia (Zheng et al., 2017). Dengan prevalensi 12% (Wang et al., 2017), 8,3% di India, 7,7% di Jepang, 6,8% di Bangladesh (International Diabetes Federation, 2019), dan 2,6% di Indonesia, sepuluh negara dengan populasi diabetes tertinggi secara global semuanya berlokasi di Asia. Ini mencakup sekitar 60% dari populasi DM global (Sasongko et al., 2017).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 2% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas menderita diabetes melitus, suatu kondisi yang ditandai dengan diabetes tipe 2, sebagai prevalensi di negara ini. Angka prevalensi tahun 2018 meningkat secara menyeluruh kecuali Nusa Tenggara Timur, yang sebesar 0,9%. Dengan angka 3,4%, DKI Jakarta merupakan provinsi dengan prevalensi tertinggi, diikuti oleh Kalimantan Timur sebesar 3,1%, Yogyakarta sebesar 3,1%, dan Sulawesi Utara sebesar 3%. Berdasarkan jenis kelamin, pada tahun 2018, 1,2% pria dan 1,8% wanita menderita diabetes (Kemenkes RI, 2020).

Manajemen perawatan kesehatan, termasuk edukasi tentang diabetes, pola makan sehat, olahraga teratur, dan pengobatan, sangat penting untuk menurunkan angka prevalensi dan mencegah komplikasi. Salah satu dari beberapa cara penting untuk mengobati diabetes melitus adalah dengan memberikan empat pilar penyakit tersebut. Untuk membatasi perkembangan penyakit dan konsekuensinya, terapi pasien diabetes melitus diyakini memiliki empat pilar fundamental. Edukasi diabetes, pola makan sehat, olahraga teratur, dan pengobatan merupakan empat landasan utama diabetes tipe 2 (Putra & Berawi, 2015). Keempat prinsip diabetes melitus ini dapat membantu penderita penyakit tersebut dalam menjaga manajemen gula darah yang baik dan menangkal masalah terkait diabetes.

Menurut Muslihoh et al., (2021), Diabetes melitus (DM) tipe 2 yang berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat merupakan bentuk penyakit yang paling sering terjadi. Penelitian sebelumnya oleh Susanti & Bistara (2018) membenarkan hal ini, dengan menemukan adanya korelasi antara kadar gula darah penderita diabetes melitus dengan pola makan mereka. Peneliti menemukan bahwa 45 persen penderita diabetes melitus yang kelebihan berat badan dan hiperglikemik memiliki pola makan yang buruk, termasuk banyak mengonsumsi makanan yang mengandung gula dan indeks glikemik tinggi. Hal ini dapat memicu resistensi insulin selain diabetes melitus.

Pemahaman dan kemauan merupakan dua faktor terpenting yang memengaruhi kepatuhan diet diabetes pada pasien diabetes melitus; edukasi kesehatan tentang diet diabetes merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman pasien (Al-

Musally et al., 2017). Pasien diabetes melitus sering kali gagal mematuhi rencana diet diabetes melitus karena mereka tidak mengetahui program tersebut atau tidak ingin melakukan perubahan gaya hidup yang diperlukan. Perlu adanya edukasi kesehatan untuk mendorong penderita diabetes melitus melakukan perubahan gaya hidup dan mengikuti diet diabetes melitus guna menurunkan risiko komplikasi di masa mendatang (Peter et al., 2022).

Masalah ini muncul karena mayoritas penderita DM gagal mematuhi pola makan yang dianjurkan. Pasien diabetes melitus mungkin lebih atau kurang mungkin mematuhi pola makan yang dianjurkan tergantung pada sikap, kepribadian, tingkat pengetahuan, tingkat dukungan dari penyedia layanan kesehatan dan keluarga, tingkat kepercayaan diri, frekuensi pemeriksaan diri, tingkat kesadaran diri mengenai pentingnya kesehatan mereka, frekuensi pemeriksaan, dan masukan dari konselor gizi (Hensarling, 2016).

Ahli gizi dapat memberikan edukasi sebagai langkah awal dan utama dalam penanganan diabetes melitus (DM) baik kepada pasien rawat inap maupun rawat jalan (Kementerian Kesehatan, 2014). Pasien diabetes dapat memperoleh manfaat dari perubahan perilaku yang lebih baik yang ditimbulkan oleh edukasi gizi yang diberikan secara berkala. Pasien diabetes perlu mengendalikan asupan makanannya dengan memperhatikan dengan saksama kapan mereka makan, apa yang mereka makan, dan seberapa banyak (3J).

Menurut penelitian Sofie (2022) yang didasarkan pada tinjauan pustaka, pasien diabetes melitus cenderung melakukan penyesuaian pola makan setelah menerima edukasi gizi. Ketika penderita diabetes tipe 2 mengetahui bahaya kondisi mereka, seperti kadar gula darah tinggi dan langkah-langkah yang dapat mereka ambil untuk menghindari komplikasi, mereka akan mengubah cara bertindak mereka.

Penelitian Tursina et al., (2018) yang meneliti tentang “Pengaruh Diet DM Terhadap Penurunan Gula Darah Pada Pasien DM Tipe 2” Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden (tepatnya 84,4%) tidak mengikuti panduan diet DM dalam hal jumlah makanan yang mereka makan setiap hari. Meskipun

sebagian besar subjek sudah mulai memasukkan bahan makanan yang disetujui DM ke dalam kebiasaan makan sehari-hari mereka, banyak yang masih gagal melacak asupan makanan mereka secara akurat atau mematuhi jadwal makan yang disarankan.

Hasil studi pendahuluan di RS. Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri didapatkan data jumlah pasien diabetes melitus menduduki 5 besar. Data bulan April 2024 jumlah pasien DM tipe 2 sebanyak 551 orang, sedangkan di ruang promoter 3 pasien DM tipe 2 sebanyak 55 orang. Hasil observasi dan wawancara didapatkan fenomena bahwa dari 5 orang pasien ada sebanyak 3 orang kurang baik dalam melakukan diet (menjaga pola makan) sehingga kadar gula darah tidak stabil, sedangkan 2 orang mampu diet. Peran Edukasi diet DM oleh tenaga kesehatan terutama perawat mempunyai peran penting untuk menjaga kestabilan kadar gula darah pasien diabetes melitus (DM) tipe 2. Pasien DM tipe 2 yang mampu mengatur pola hidup yang seimbang, maka kadar gula darah dapat dijaga, tetapi tidak semua pasien DM tipe 2 patuh dalam pengaturan diet. Ini yang menjadi tantangan tersendiri bagi perawat pada khususnya untuk secara aktif memberikan pemahaman mengenai pengaturan diet pasien dengan DM tipe 2.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti dengan judul “Pengaruh edukasi diet pada pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara Tk. I Pusdokkes Polri.

1.2 Rumusan Masalah

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit degenerative yang banyak ditemukan pada usia produktif hingga lansia. Salah satu factor yang mempengaruhi terjadinya diabetes melitus adalah factor gaya hidup. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kadar gula darah penderita DM tipe 2 yang berobat adalah menjaga pola makan (diet). Studi pendahuluan menunjukkan adanya pasien yang kadar gula darahnya tidak stabil karena tidak bisa menjaga pola makan (diet). Edukasi gizi yang dilaksanakan berulang dan konsisten dapat memberikan perubahan perilaku kepada pasien DM ke arah yang lebih baik. Edukasi gizi mampu

meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap menjadi lebih sehat bagi pasien DM (Ariyana et al., 2018). Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh edukasi diet pada pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi diet pada pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara TK 1 Puskokkes Polri.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara TK 1 Puskokkes Polri.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kadar gula sebelum edukasi diet pasien DM tipe 2 di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kadar gula sesudah edukasi diet pasien DM tipe 2 di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.
- d. Untuk mengetahui pengaruh edukasi diet pada pasien DM tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah di ruang Promoter 3 RS. Bhayangkara Tk. I Puskokkes Polri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Pelayanan dan masyarakat (bagi pasien dan keluarga)

Diharapkan penelitian ini memberikan informasi dan wawasan tentang diet bagi pada pasien diabetes Melitus tipe 2 untuk menjaga kestabilan kadar gula darah dan sebagai tindakan pencegahan untuk kenaikan gula darah.

1.4.2 Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini memberikan informasi bagi dunia keperawatan tentang pengaruh edukasi diet pada pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumber referensi dan jurnal pembandingan serta sumber informasi mengenai penelitian tentang pengaruh edukasi diet pada pasien diabetes Melitus tipe 2 terhadap kestabilan kadar gula darah.

1.4.4 Bagi RS. Bhayangkara Tk. I Pusdokes Polri

Diharapkan hasil penelitian ini memberikan gambaran terhadap hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan pasien dalam pengobatan diabetes Melitus serta menjadi bahan kajian bagi diklat untuk memberikan edukasi terhadap pasien dan keluarga.