

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Menurut *Amerian Diabetes Association* (ADA) suatu penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia (tingginya kadar gula darah) yang terjadi karena kelainan sekresi (pengeluaran) insulin, kerja insulin atau keduanya. Diabetes mellitus merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada masyarakat mempunyai komplikasi jangka panjang dan pendek. Terdapat dua jenis penyakit Diabetes, yaitu DM tipe 1 dan DM tipe 2 (Saputri, 2020)

Diabetes mellitus adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang di hubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin (Fatimah, 2016) Oleh karena itu salah satu faktor pentingnya pola diet pada penderita DM adalah untuk mengontrol gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein agar gula darah dalam tubuh stabil dalam batas normal.

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan akibat penyakit kardiovaskuler pada tahun 2016 terjadi 17,9 juta kematian setiap tahunnya dari seluruh kematian secara global. Penyakit ini diperkirakan akan mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Susilo, 2015; Tumade et al 2014). Data yang dikeluarkan oleh *American Heart Association* (AHA) pada tahun 2016 menyebutkan 15,5 juta warga Amerika memiliki penyakit kardiovaskuler (Gomar et al,2016). *Riset Kesehatan dasar* (*Riskesdas*) tahun 2018 menyebutkan bahwa secara nasional terdapat 1,5% prevalensi penyakit jantung atau diperkirakan sekitar 4 juta orang yang didiagnosa dokter (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Hasil survey Dinas Kesehatan Jawa Tengah tahun 2016 jumlah kasus PTM (Penyakit Tidak Menular) menunjukkan angka 943.927 kasus, berdasarkan data tersebut diketahui proporsi penyakit jantung 4,54%, DM (Diabetes Melitus) 16,42%, dan hipertensi 60,00%. Didapatkan juga data profil kesehatan tahun 2018 Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten bahwa Kecamatan ngawen menduduki peringkat ke 2 jumlah kasus Angina Pektoris dan *Infark Miokard Acute* (IMA) dengan jumlah 151 kasus ditemukan di Puskesmas Ngawen Kabupaten Klaten (Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten, 2018).

Meningkatnya gula darah pada pasien DM berperan sebagai penyebab dari ketidakseimbangan jumlah insulin, oleh karena itu diet menjadi salah satu pencegahan agar gula darah tidak meingkat, dengan diet yang tepat akan membantu mengontrol gula darah. Pengobatan diabetes yang paling utama yaitu mengubah gaya hidup terutama mengatur pola makan yang sehat dan seimbang. Penerapan diet merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes, akan tetapi sering kali menjadi kendala dalam pelayanan diabetes karena dibutuhkan kepatuhan dan motivasi dari pasien itu sendiri (Kusnanto et al., 2019).

Terapi diet merupakan terapi utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus, diet yang sehat dapat mengurangi perkembangan penyakit diabetes mellitus (Depkes RI, 2018). Diet ditujukan terutama untuk mengendalikan berat badan pasien, khususnya penderita diabetes mellitus tipe dua dengan obesitas, karena penurunan berat badan merupakan kunci dalam penanganan diabetes mellitus tipe-2 (Dinkes Tanjung Jabung, 2018). Penting diperhatikan dalam diet adalah jumlah kalori yang dibutuhkan oleh masing-masing individu, bukan jumlah banyaknya makan, hal ini bertujuan untuk mendapatkan kontrol metabolik, lipid dan tekanan darah (Fitriana, 2021)

Makanan memegang peranan dalam peningkatan gula darah. Pada proses makan, makanan yang dimakan akan di cerna dan kemudian akan di ubah menjadi suatu bentuk gula yang di sebut Glukosa (Nurrahmani, 2012). Pada penderita Diabetes tipe 2 kadar gula darah naik akibat penyerapan insulin yang kurang optimal, oleh sebab itu pada penderita Diabetes tipe 2 sangat harus menerapkan pola diet yang benar untuk mengontrol gula darah agar dalam batas normal.

Pengetahuan dan penerapan diet yang baik pada penderita DM akan membantu mengontrol kadar gula darah agar tetap stabil. Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya), dengan sendirinya, pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran yaitu telinga dan indra penglihatan yaitu mata (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan diet yang benar pada penderita diabetes melitus sangatlah penting, penderita harus mengetahui tentang jumlah makanan yang harus dikonsumsi, jenis makanan dan jadwal makan yang benar.

Pentingnya pengetahuan diet DM pada penderita diabetes adalah agar penderita DM paham tentang jumlah makan, jenis makan dan jadwal makan yang benar. Pengetahuan diet sangat penting bagi pasien DM, agar terhindar dari komplikasi sehingga diperlukan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit, proses penatalaksanaan, terapi pengobatan, interaksi, pola makan aktivitas fisik, serta pemanfaatan fasilitas kesehatan yang ada di masyarakat (PENKERI, 2015)

Dari studi pendahuluan yang saya lakukan di Prolanis PKU Aisiyah Krakitan, berdasarkan fenomena yang saya amati di Prolanis tersebut masih banyak anggota prolanis yang belum paham benar akan pengetahuan diet DM, hal ini di tunjukan dengan hasil wawancara 7 dari 10 orang anggota prolanis belum begitu paham akan pengetahuan diet, hal tersebut bisa dilihat dari cara responden menjawab pertanyaan wawancara. Kegiatan di prolanis PKU Aisiyah Krakitan setiap bulan nya yaitu cek tekanan darah – senam DM – cek kadar gula darah- edukasi diet DM, Kegiatan tersebut dilakukan sebelum pandemic Covid 19, selama pandemi ini ada pembatasan kegiatan, kegiatan prolanis hanya melakukan cek tekanan darah dan cek kadar gula darah.

B. Rumusan Masalah

Penyebab kadar gula darah naik pada penderita Diabetes Melitus salah satunya yaitu pola makan yang tidak benar oleh si penderita, oleh karena itu sangatlah penting pengetahuan diet yang benar untuk bisa mengontrol kadar gula darah si penderita.

Berdasarkan urain latar belakang diatas maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Pengetahuan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah?”

C. Tujuan KTI

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan diet penderita Diabetes Mellitus untuk mengontrol kadar gula darah.

2. Tujuan khusus

Untuk mengetahui karakter responden meliputi umur, jenis kelamin, pekerjaan dan

lama menderita Diabetes Mellitus di Prolanis PKU Aisiyah Krakitan. Untuk mengetahui pengetahuan penderita Diabetes Mellitus tentang diet yang benar di kegiatan Prolanis PKU Aisiyah Krakitan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis dengan metode penelitian ini diharapkan dapat di gunakan sebagai referensi dalam upaya pengembangan ilmu keperawatan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan pada penderita Diabetes Mellitus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Rumah Sakit Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan sebagai bahan masukan dan evaluasi yang di perlukan dalam pelaksanaan praktik pelayanan keperawatan pada penderita Diabetes Mellitus.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah ini sebagai bahan masukan dalam kegiatan belajar mengajar mengenai masalah Diabetes Mellitus.

c. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini di harapkan dapat meningkatkan pengetahuan pasien maupun keluarga pasien mengenai pentingnya anjuran diet penyakit Diabetes Mellitus.

d. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dalam memecahkan masalah mengenai tema yang di teliti serta sebagai penerapan pengetahuan yang di peroleh selama mengikuti perkuliahan di STIKES Muhammadiyah Klaten.

e. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai referensi untuk edukasi penerapan diet yang benar untuk mengontrol kadar gula darah.

E. Keaslian Penelitian

Dari penelusuran peneliti mengenai perilaku diet pada pasien Diabetes Mellitus. Adapun beberapa peneliti sebelumnya adalah :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Variable	Metode	Hasil	Perbedaan
1	(Sonyo, 2016) Gambaran Pengetahuan dan Sikap Pengaturan Makan Penderita DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal 02.	Penelitian ini merupakan penelitian dua variable yaitu gambaran pengetahuan dan sikap pengaturan makan penderita DM tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kendal02	Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang pengaturan makan pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal 02. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Jumlah responden sebanyak 40 dengan <i>simple random sampling</i>	1.Data Demografi Responden Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal 02 (n=40) merupakan hasil statistik yang memperlihatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, Tabel 3 menunjukkan bahwa sebanyak 27 (67,5%) responden mempunyai sikap yang tidak baik dalam pengaturan makan pada penderita DM tipe 2.	Penelitian ini menggunakan dua variable yaitu gambaran pengetahuan dan sikap pengaturan, sedangkan penelitian saya menggunakan satu variable yaitu gambaran pengetahuan.
2	(Trisnadewi et al., 2018)) Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus (DM) dan Keluarga Tentang Manajemen DM	Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu pengetahuan pasien DM dan keluarga	Rancangan penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey untuk mengetahui gambaran pengetahuan	berdasarkan pengetahuan manajemen DM, diperoleh gambaran tentang edukasi DM yaitu sebagian besar	Penelitian ini menggunakan pendekatan survey, sedangkan penelitian saya menggunakan pendekatan

Tipe 2	tentang manajemen DM tipe 2.	pasien DM dan keluarga tentang manajemen DM tipe 2 dengan menggunakan analisis univariat	berpengetahuan baik yaitu 52 orang (65%). Berdasarkan gambaran pengetahuan tentang diet DM menunjukkan bahwa mayoritas memiliki pengetahuan baik yaitu 67 orang (83,8%). Diperoleh hasil dari distribusi frekuensi pada tabel di atas berdasarkan gambaran pengetahuan tentang latihan fisik didominasi oleh responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 62 orang (77,5%). Sedangkan berdasarkan pengetahuan tentang pengobatan, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang tentang pengobatan DM yaitu sebanyak 49 orang(61,3%).	kuantitatif	
3	yaitu sebagian besar berpengetahuan baik yaitu 52 orang (65%). Berdasarkan gambaran pengetahuan tentang diet DM menunjukkan bahwa mayoritas memiliki pengetahuan baik yaitu 67 orang	Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Dengan Komplikasi Chronic Kidney Disease Di RSUP Sanglah Denpasar	.Teknik pengambilan sampel adalah dengan consecutive sampling dengan jumlah sampel yang memenuhi kriteria adalah sebanyak 63 sampel	Jika dilihat dari keseluruhan kategori sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang rendah pada pertanyaan yang membahas mengenai pola makan. Kemudian pada pertanyaan mengenai porsi makan, ditemukan responden	Penelitian ini menggunakan teknik sample consecutive sampling, sedangkan penelitian saya menggunakan purposive sampling

(83,8%).
Diperoleh
hasil dari
distribusi
frekuensi
pada tabel di
atas
berdasarkan
gambaran
pengetahuan
tentang
latihan fisik
didominasi
oleh
responden
berpengetahu
an baik yaitu
sebanyak 62
orang
(77,5%).
Sedangkan
berdasarkan
pengetahuan
tentang
pengobatan,
didapatkan
hasil bahwa
mayoritas
responden
berpengetahu
an kurang
tentang
pengobatan
DM
yaitu sebanyak
49 orang
(61,3%).

kurang
memahami
pembagian porsi
makan
khususnya
tentang
konsumsi gula,
sayur, protein,
dan air. Lalu pada
pembagian
jadwal makan
sebagian besar
responden belum
memahami
tentang
pembagian
jadwal makan
dalam sehari
antara jadwal
makan utama
dan makanan
tambahan.
Gambar
(66,7%).
Sedangkan
pada
responden
dengan
tingkat
pendidikan
rendah
sebagian
besar memiliki
pengetahuan
diet yang
rendah yaitu
sebanyak 18
orang
(54,5%).
Sedangkan jika
dilakukan uji
chi-square
menunjukkan
nilai $p=$
0,91 yang berarti
tidak
ada hubungan
antara tingkat
