

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang sering dianggap sebagai silent killer karena sering tidak disadari oleh penderita dan saat disadari sudah mengalami komplikasi (Pusat Data dan Informasi). International Diabetes federation (IDF) (2019) menjelaskan bahwa Diabetes Melitus adalah salah satu penyakit degeneratif yang menjadi perhatian penting karena merupakan bagian dari empat prioritas penyakit tidak menular yang selalu mengalami peningkatan setiap tahun dan menjadi ancaman kesehatan dunia pada era saat ini (Sholiha, 2022).

Peningkatan penderita DM dalam kurung waktu beberapa tahun terakhir ini terjadi diberbagai wilayah di dunia. Berdasarkan data (International Diabetes Federation, 2021) mencatat pada tahun 2019 penderita DM sebanyak 463 juta orang pada usia 20-79 tahun dan tahun 2021 tercatat sebanyak 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) dengan diabetes di seluruh dunia. Jika tanpa tindakan yang memadai untuk mengatasi situasi tersebut, *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan 643 juta orang akan menderita diabetes pada tahun 2030 (11,3% dari populasi). Jika tren berlanjut, jumlahnya akan melonjak menjadi 783 juta (12,2%) pada tahun 2045. Tiongkok menjadi negara dengan jumlah orang dewasa pengidap diabetes terbesar di dunia, 140,87 juta penduduk Tiongkok hidup dengan diabetes pada 2021. Selanjutnya, India tercatat memiliki 74,19 juta pengidap diabetes, Pakistan 32,96 juta, dan Amerika Serikat 32,22 juta. (International Diabetes Federation, 2021).

Tingginya kasus DM di Indonesia yang terus meningkat sampai saat ini menempatkan Indonesia berada di posisi kelima di dunia. Hingga tahun 2018 jumlah penderita DM di Indonesia sebanyak 10,7 juta dan pada tahun 2021 jumlah pengidap diabetes bertambah sebanyak 19,47 juta. International Diabetes Federation memperkirakan jumlah penderita diabetes di Indonesia dapat mencapai 28,57 juta pada tahun 2045. Jumlah ini lebih besar 47% dibandingkan dengan jumlah 19,47 juta pada

tahun 2021. (International Diabetes Federation, 2021).

Data World Health Organization (WHO) di Amerika Serikat diabetes melitus menjadi penyebab kematian ketujuh tertinggi dan diabetes melitus menjadi penyebab kematian ke sembilan tertinggi di seluruh dunia. Pada tahun 2019, prevalensi diabetes melitus di dunia sekitar 9,3 % dan diperkirakan naik menjadi 10,2% pada tahun 2030, dan sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah seperti Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Sebanyak 1,6 juta kematian secara langsung disebabkan oleh diabetes setiap tahun dan pada tahun 2021 Indonesia menduduki posisi ke lima penduduk terbanyak yang mengalami diabetes melitus (Subandrate et al., 2022).

Indonesia menduduki peringkat keempat dari sepuluh besar negara di dunia, kasus diabetes melitus tipe 2 dengan prevalensi 8,6% dari total populasi, diperkirakan meningkat dari 8,4 juta jiwa pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta jiwa pada tahun 2030. Prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis pada tahun 2018, penderita terbesar berada pada kategori usia 55 sampai 64 tahun yaitu 6,3% dan 65 sampai 74 tahun yaitu 6,03% (Risikesdas, 2018). Prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis dokter di Sulawesi Selatan pada tahun 2018 sebanyak 50.127 kasus. Kota Makassar merupakan salah satu daerah tertinggi dengan angka kejadian penderita diabetes sebanyak 8.611 kasus. (Islamiyati et al., 2022).

Di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, pengendalian kadar glukosa darah masih menjadi permasalahan utama. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pengelolaan secara mandiri dan berkesinambungan. Meskipun Diabetes Melitus tercatat sebagai salah satu penyakit terbanyak di wilayah tersebut, sebagian besar penderita masih mengandalkan pengobatan farmakologis tanpa disertai upaya nonfarmakologis. Salah satu aspek nonfarmakologis yang sering diabaikan adalah kepatuhan terhadap diet, padahal penerapan pola makan yang tepat merupakan strategi sederhana, terjangkau, dan efektif dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah serta mencegah komplikasi pada pasien DM tipe 2.

Di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, Diabetes Melitus termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak dan menempati urutan kedua setelah Hipertensi. Meskipun prevalensinya cukup tinggi, kesadaran masyarakat dalam mengelola kadar glukosa darah secara mandiri masih rendah. Salah satu kasus adalah Tn. T, usia 53 tahun, yang tinggal bersama istrinya dan telah menderita Diabetes Melitus sejak 3 tahun lalu. Tn. T rutin mengonsumsi obat Metformin yang diberikan oleh dokter, namun kadar glukosa darahnya masih sering tidak terkontrol. Pasien juga mengeluhkan sering buang air kecil di malam hari serta kesemutan pada ekstremitas bawah. Hal ini menunjukkan bahwa Tn. T belum sepenuhnya memahami pentingnya pengelolaan nonfarmakologis, khususnya kepatuhan diet, untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2.

Salah satu aspek penting dalam pengendalian DM adalah kepatuhan pasien terhadap diet yang dianjurkan. Diet pada penderita DM bukan sekadar pembatasan makanan, melainkan pengaturan pola makan yang seimbang, teratur, dan sesuai kebutuhan kalori individu. Namun, dalam praktiknya, banyak pasien mengalami kesulitan dalam mempertahankan kepatuhan diet akibat kurangnya pengetahuan, rendahnya motivasi, serta pengaruh lingkungan sosial. Kondisi ini berdampak pada ketidakstabilan kadar glukosa darah yang meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang. (Indriyani et al., 2020).

Diet Diabetes Melitus merupakan bagian penting dari penatalaksanaan DM secara komprehensif. Kunci keberhasilannya adalah keterlibatan secara menyeluruh dari anggota tim (dokter, ahli gizi, petugas kesehatan yang lain serta pasien dan keluarganya). Guna mencapai sasaran terapi sebaiknya diberikan sesuai dengan kebutuhan setiap penyandang DM.

Prinsip pengaturan makan pada penyandang DM hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum, yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Penyandang DM perlu diberikan penekanan mengenai pentingnya keteraturan jadwal makan, jenis dan jumlah kandungan kalori, terutama pada mereka yang menggunakan obat yang meningkatkan

sekresi insulin atau terapi insulin itu sendiri (Meliana et al., 2021).

Kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 menjadi salah satu hal penting karena sering kali penderita tidak memperhatikan asupan makanan yang seimbang. Kepatuhan diet meningkatkan kontrol glikemik diabetes melitus tipe 2. Pengaturan makanan merupakan kunci manajemen diabetes melitus, yang sekilas tampak mudah tapi kenyataannya sulit mengendalikan diri terhadap nafsu makan. Namun dengan patuh melakukan diet diabetes melitus secara signifikan dapat mencegah terjadinya diabetes melitus dan dapat mencegah penyakit yang berkepanjangan (Gracia et al., 2023).

Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan kepatuhan diet. Edukasi yang terencana, terstruktur, dan berkesinambungan dapat meningkatkan pengetahuan pasien, mengubah sikap, serta mendorong pasien untuk patuh dalam menjalani pola makan yang sehat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi diet berpengaruh positif terhadap kestabilan kadar gula darah, sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi jangka panjang (Sundari, 2023).

Dari uraian di atas dapat diketahui dengan adanya permasalahan Diabetes Mellitus dapat dilakukan Edukasi kepatuhan diet yang dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita DM, dengan hal ini penulis tertarik melakukan studi kasus penelitian tentang “Penerapan Edukasi Kepatuhan Diet Terhadap Kestabilan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Macini Sawah.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini “Penerapan Edukasi Kepatuhan Diet Terhadap Kestabilan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Macini Sawah”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan serta menganalisis efektivitas penerapan Edukasi Kepatuhan Diet terhadap kestabilan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Macini Sawah, sebagai upaya untuk mengatasi

masalah utama yang dihadapi penderita DM sekaligus mencegah timbulnya komplikasi jangka panjang yang dapat memengaruhi kualitas hidup pasien.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian pada pasien Tn. T yang menderita diabetes melitus dengan ketidakstabilan Kadar Glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar
- b. Menetapkan Diagnosa Keperawatan pada Tn. T yang menderita diabetes melitus dengan ketidakstabilan Kadar Glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar.
- c. Merencanakan intervensi keperawatan Penerapan Intervensi Edukasi kepatuhan diet pada Tn. T dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar.
- d. Melakukan implementasi keperawatan dan pemberian edukasi kepatuhan diet pada Tn. T dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar.
- e. Melakukan evaluasi Penerapan intervensi Edukasi kepatuhan diet Pada Tn. T dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Hasil karya ilmiah diharapkan dapat menjadikan pengalaman belajar di lahan praktik dan dapat meningkatkan pengetahuan peneliti tentang Penerapan Intervensi Edukasi Kepatuhan Diet terhadap kestabilan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus.

2. Bagi tenaga kesehatan

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan rujukan dalam merencanakan Penerapan Intervensi Edukasi Kepatuhan Diet terhadap kestabilan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus.

3. Bagi institusi pendidikan

Dapat dijadikan sebagai referensi bacaan literature dalam peningkatan mutu pendidikan dan lebih memperkaya pengetahuan dan bahan ajar mengenai Kepatuhan Diet terhadap kestabilan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus.

4. Bagi mahasiswa

Karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk pengembangan kajian mahasiswa dalam mengembangkan topik ini.