

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Diabetes melitus adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemi yang berhubungan dengan abnormalitas metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang disebabkan oleh penurunan sekresi insulin atau penurunan sensitivitas insulin atau keduanya dan menyebabkan komplikasi kronis mikrovaskuler, makrovaskuler, dan neuropati (Nanda, 2015). Sedangkan menurut WHO (2017), diabetes melitus adalah penyakit kronis yang terjadi baik saat pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau bila tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Hormon yang mengatur gula darah adalah insulin. Efek umum diabetes yang tidak terkontrol dan seiring berjalannya waktu menyebabkan kerusakan serius pada banyak sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah merupakan Hiperglikemia atau peningkatan kadar gula darah. (WHO, 2017).

Penyebab terjadinya Diabetes umumnya akibat pola gaya hidup dan perilaku, terutama pola makan dan aktivitas yang kurang. Pola makan yang tinggi gula ditambah aktivitas kurang menyebabkan seseorang dapat mengidap DM tipe 2. Pengetahuan tentang DM, tata cara minum obat, pola makan, komplikasi, dan tanda kegawat-darutan perlu dimiliki oleh penderita dan keluarga Previarsi et al., (2020)

Penderita penyakit diabetes melitus memang tidak bisa sembuh secara total, tetapi dapat dikendalikan supaya kadar gula didalam darah tidak meningkat atau menurun secara drastis. Salah satu program pengendalian Diabetes Melitus

di Indonesia adalah terselenggaranya pengendalian faktor risiko untuk menurunkan angka kesakitan, kecacatan dan kematian yang disebabkan Diabetes Melitus (Mugianti et al., 2019). Dampak fisik dari pasien penderita Diabetes Melitus antara lain kelelahan, kulit terasa panas, pandangan pada sipasien mulai kabur, penurunan berat badan, peningkatan frekuensi berkemih, sering merasakan kehausan dan kelaparan, cepat mengantuk badan terasa lemas dan kesemutan. Masalah psikologis yang sering terjadi pada pasien yang menderita penyakit Diabetes Melitus antara ansietas, stress, depresi tidak berdaya, putus asa, cemas, dan tidak nyaman, (Rizky et al, 2022).

Komplikasi yang akan di alami bagi penderita diabetes melitus seperti hipoglikemia, kerusakan ginjal, kerusakan saraf, masalah kaki dan kulit, penyakit kardiovaskuler, ketosiasosis diabetic (KAD), Hyperosmolar hyperglycemic state (HHS/kencing manis). (Alamanda, 2022).

Upaya untuk mempertahankan gula darah normal bagi yang penderita diabetes melitus yaitu dengan olahraga rutin. Berolahraga sangat penting bagi penderita Diabetes Melitus dengan berolahraga berjalan kaki kurang lebih dari 10 menit setiap hari yang akan mengakibatkan terbakarnya lemak sebanyak 20% sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan otot untuk menyerap gula dalam darah, karena saat berolahraga glukosa dalam tubuh dirubah menjadi energi (Widiyoga et al.,2020).

Diet merupakan mengonsumsi makanan dan/atau minuman serta memilih makanan dan/atau minuman dengan memperhatikan komposisi makanan dan/minuman tersebut supaya seimbang dan sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuhnya. Diet dilakukan dengan tujuan untuk mengelola

supaya konsumsi makanan dan/atau minuman yang diasup oleh seseorang tidak berlebihan mau pun kekurangan, tepat, serta seimbang. Diet bukan hanya dilakukan oleh orang yang sehat saja, akan tetapi diet biasanya juga dilakukan oleh pasien yang mengidap penyakit tertentu. Salah satunya adalah diet yang dilakukan oleh orang yang memiliki penyakit diabetes mellitus (Setyorini, A. 2017).

Diet bukan hanya dilakukan oleh orang yang sehat saja, akan tetapi diet biasanya juga dilakukan oleh pasien yang mengidap penyakit tertentu. Salah satunya adalah diet yang dilakukan oleh orang yang memiliki penyakit diabetes mellitus (Andri Waspadji. 2014). Pencegahan yang dapat dilakukan supaya kondisi kesehatan penderita diabetes mellitus tidak memburuk salah satunya adalah dengan membuat perubahan pada gaya hidup pasien, seperti meningkatkan pengaturan dalam diet yang dijalannya (Chatterjee,et,al 2018).

Susahnya melaksanakan diet kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai diet bagi penderita diabetes melitus dapat disebabkan oleh beberapa hal. Pertama, banyak orang mungkin tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang makanan yang aman dan sehat bagi penderita diabetes. Hal ini dapat membuat mereka merasa bingung dan kebingungan dalam memilih makanan yang tepat. Kedua, kebiasaan makan dan gaya hidup yang sudah tertanam dalam masyarakat juga menjadi faktor utama. Penderita diabetes seringkali menghadapi godaan dari makanan yang tinggi gula dan karbohidrat, yang merupakan bagian dari pola makan yang biasa mereka konsumsi sehari-hari. Mengubah kebiasaan ini memerlukan kesabaran dan ketekunan yang besar.

Mengedukasi masyarakat tentang diet untuk penderita diabetes mellitus (DM) sangat penting karena mengarah pada pengelolaan kondisi kesehatan yang lebih baik. Maksudnya adalah menyediakan informasi yang tepat tentang nutrisi yang diperlukan untuk mengelola kadar gula darah dan mencegah komplikasi yang terkait dengan DM. Tujuannya adalah untuk membantu penderita DM memahami bagaimana menerapkan pola makan sehat, memilih jenis makanan yang tepat, mengontrol porsi, dan memperhatikan indeks glikemik makanan yang mereka konsumsi.

Dengan memberikan pemahaman yang benar tentang diet DM, diharapkan masyarakat dapat mengambil keputusan yang cerdas dalam memilih makanan, mengukur asupan karbohidrat, lemak, dan protein, serta memahami efeknya terhadap kadar gula darah. Selain itu, tujuan lainnya adalah untuk mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat dan aktif, termasuk menjaga berat badan yang sehat dan melakukan aktivitas fisik secara teratur.

Pendidikan tentang diet DM juga membantu masyarakat memahami pentingnya menghindari makanan dengan kadar gula tinggi, lemak jenuh, dan garam berlebih, serta menekankan pada konsumsi buah-buahan, sayuran, biji-bijian utuh, dan protein rendah lemak. Dengan demikian, tujuan utama adalah memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola DM melalui pemilihan makanan yang seimbang dan dibutuhkan bagi penderita DM.

Edukasi memiliki peranan yang sangat besar dalam membentuk kesadaran bagi pasien diabetes mellitus akan pentingnya pola makan yang sehat. Diperlukan perhatian khusus untuk membantu pasien diabetes mellitus dalam

mengelola pola makannya. Komunikasi petugas kesehatan dengan melalui Edukasi Diabetes dalam bentuk ceramah dapat meningkatkan kepatuhan pasien diabetes. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya (Amanina A, et, al. 2015).

Pengetahuan adalah salah satu faktor yang berperan penting dalam mempengaruhi perilaku penderita diabetes melitus, perilaku yang dilakukan dengan dasar pengetahuan akan lebih mudah dalam pelaksanaannya daripada perilaku yang dilakukan dengan tidak melibatkan pengetahuan. Salah satu cara yang dilakukan guna mencegah terjadinya diabetes melitus adalah dengan diterapkannya diet diabetes melitus, walaupun masih banyak penderita diabetes melitus yang tidak patuh dalam melaksanakan diet. tingkat pengetahuan yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan yang salah sehingga menyebabkan obesitas, yang akhirnya mengakibatkan kenaikan kadar glukosa darah ( Kerner, W. and Brückel, J. 2014).

Menurut Thersia, D. dkk. (2018). Mengatakan pengetahuan keluarga merupakan faktor yang sangat penting dalam tindakan keluarga penderita Diabetes Mellitus, perilaku yang di dasari oleh pengetahuan akan lebih mudah di laksanakan dari pada yang tidak didasari oleh pengetahuan. Salah satu cara untuk mengatasi akibat dari Diabetes Mellitus adalah dengan penerapan diet, namun banyak penderita yang tidak patuh pada pelaksanaan diet. Pengetahuan erat hubungannya dengan perilaku, karena dengan pengetahuan keluarga pasien memiliki alasan dan landasan untuk mengambil suatu keputusan atau pilihan

International Diabetes Federation (IDF) mencatat sampai saat ini setiap 8 detik terdapat orang di dunia yang meninggal dunia yang diakibatkan oleh

diabetes mellitus. Jumlah diabetes mellitus di dunia terus menerus terjadi peningkatan yaitu menjadi 425 juta orang pada tahun 2017 dan Indonesia merupakan Negara yang menduduki peringkat keenam sebagai negara terbesar penderita diabetes mellitus dengan jumlah penderita diabetes melitusnya sebanyak 10,3 juta orang setelah negara China, India, Unisoviet, Brazil, dan Mexico (Nur Millah Tsariy, Noor Diani, 2023)

Prevalensi DM di Provinsi Sulawesi Tenggara dalam beberapa tahun terakhir DM termasuk dalam 10 penyakit terbesar di Provinsi Sulawesi Tenggara dengan proporsi kejadian DM tipe 2 lebih banyak dibandingkan DM tipe 1. Penyakit diabetes melitus mengalami peningkatan dari urutan ke-9 dengan jumlah kasus 2.768 pada tahun 2014, menjadi urutan ke-5 dengan jumlah kasus 3.206 pada tahun 2015, kemudian pada tahun 2016 menjadi urutan ke-3 dengan jumlah kasus 2.983. (Profil Dinkes Prov. Sultra, 2016)

Berdasarkan data yang didapatkan di Puskesmas Pasarwajo, Kabupaten Buton, mengalami kenaikan jumlah penderita diabetes mellitus dengan total penderita diabetes melitus mulai dari sebanyak 100 orang pada tahun 2022 kemudian menjadi sebanyak 438 orang pada tahun 2023 yang mengalami peningkatan penyakit terbanyak di Puskesmas Pasarwajo. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik membuat laporan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Edukasi Diet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Dengan Penyakit Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasarwajo”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam Karya Tulis Ilmiah ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Edukasi Diet Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Keluarga Dengan Penyakit Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasarwajo” ?

### **C. Tujuan Studi Kasus**

#### **1. Tujuan Umum**

Mendapatkan gambaran penerapan edukasi diet terhadap tingkat pengetahuan keluarga yang memiliki anggota dengan penyakit diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pasarwajo, dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang manajemen diabetes melalui perubahan pola makan.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Merumuskan diagnosa keperawatan tentang pengetahuan keluarga terkait Diabetes Melitus
- b. Memberi pemahaman keluarga tentang diet yang sehat dan sesuai untuk anggota keluarga yang menderita diabetes melitus di Wilayah kerja Puskesmas Pasarwajo.

### **D. Manfaat Studi Kasus**

Studi kasus ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Klien / Masyarakat

Memberikan pengetahuan yang lebih baik kepada keluarga dengan anggota yang menderita diabetes melitus, meningkatkan pemahaman tentang manajemen penyakit dan pentingnya pola makan sehat

## 2. Bagi Puskesmas Pasarwajo

Menyediakan data dan wawasan yang dapat digunakan untuk meningkatkan program edukasi kesehatan di puskesmas dan Memungkinkan penyedia layanan kesehatan untuk lebih baik mengarahkan upaya mereka untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang diabetes mellitus.

## 3. Bagi Peneliti

Sebagai tambahan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam mengaplikasikan hasil riset keperawatan, khususnya studi kasus tentang pelaksanaan pemenuhan kebutuhan aktivitas pada pasien diabetes melitus.