

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan menguraikan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian, dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit kronis yang disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas untuk menghasilkan insulin. Insulin berguna untuk mengatur kadar gula dalam darah seseorang. Diabetes termasuk dalam penyakit tidak menular dengan kasus yang terus meningkat setiap tahunnya (INFODATIN, 2018). Diabetes melitus adalah istilah umum yang digunakan untuk menggambarkan sekelompok penyakit yang ditandai oleh hiperglikemia (kadar glukosa tinggi). Hiperglikemia terjadi karena tubuh pasien tidak dapat mengatur kadar gula darah dalam tubuh dan mengakibatkan kadar gula darah meningkat di atas batas normal. Kenaikan kadar gula darah akan mengakibatkan kerusakan sistem tubuh, syaraf dan pembuluh darah (Dolongseda , Masi , & Bataha , 2017).

Kasus diabetes melitus sangat meningkat di negara berkembang seperti Indonesia. Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah kasus diabetes melitus yang tinggi di dunia. Setiap tahunnya persentase penyakit diabetes melitus meningkat secara konsisten. Prevalensi diabetes melitus yang mengalami peningkatan kejadian akan berdampak pada peningkatan jumlah penderita dan kejadian kematian yang disebabkan karena penyakit diabetes

melitus dan komplikasi dari diabetes melitus itu sendiri. Ini menjadi salah satu alasan yang menjadikan diabetes melitus menjadi penyakit yang harus diperhatikan dalam pelayanan kesehatan masyarakat. Di Indonesia, prevalensi penderita diabetes melitus pada tahun 2013 (2,1%) mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2007 (1,1%). Jenis diabetes melitus yang paling banyak diderita dan prevalensinya terus meningkat adalah diabetes melitus tipe 2 dengan kasus terbanyak yaitu 90% dari seluruh kasus diabetes melitus di dunia (Dolongseda , Masi , & Bataha , 2017).

Manajemen diet dan pola aktivitas merupakan tindakan yang sangat penting dilakukan oleh penderita diabetes melitus dalam melakukan pengendalian dan pengontrolan diabetes melitus. Manajemen diet bertujuan dalam pengendalian metabolisme pada penderita diabetes melitus sedangkan manajemen aktivitas bertujuan dalam pengontrolan kadar gula darah. Dalam menangani diabetes melitus tersebut, dapat dilakukan pemberian terapi farmakologi dan non-farmakologi. Dalam terapi non-farmakologi terdapat aspek edukasi tentang pengaturan makan (diet), olahraga dan kepatuhan pengobatan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengendalian metabolisme pada pasien diabetes melitus (Black & Hawks, 2014).

Peneliti mengambil responden di wilayah Nias. Ini disebabkan karena wilayah Nias memiliki persentase yang cukup besar bagi pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Pada tahun 2018, jumlah kasus diabetes melitus tipe 2 di Gunungsitoli Nias pada tahun 2018 terdapat 1526 penderita (Badan Pusat Statistik Kabupaten Nias, 2018). Survei sebagai data awal yang dilakukan

oleh peneliti kepada 8 orang penderita yang rata-rata sudah mengidap penyakit diabetes melitus tipe 2 selama lima tahun sampai 10 tahun di Kecamatan Gido, di Nias didapatkan lima dari delapan penderita tidak memiliki pola diet yang baik. Untuk pola aktivitas didapatkan enam dari penderita diabetes melitus tipe 2 belum dapat manajemen pola aktivitas dengan baik. Dari data wawancara singkat tersebut dapat disimpulkan bahwa masyarakat Nias sebagian belum dapat manajemen diet dan pola aktivitas dengan baik, masyarakat Nias cenderung tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi. Begitu juga dalam hal pola aktivitas, masyarakat Nias masih banyak yang belum melakukan aktivitas yang dapat membantu pasien diabetes melitus tipe 2 dalam menurunkan kadar gula darah (DINKES Kota Gunungsitoli , 2018). Contohnya saja seperti berolahraga dan melakukan aktivitas fisik sehari-hari. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengidentifikasi gambaran manajemen diet dan pola aktivitas pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Nias.

1.2 Rumusan Masalah

Manajemen diet dan pola aktivitas Diabetes Melitus Tipe 2 adalah tindakan yang dilakukan oleh pasien diabetes melitus untuk mengelola dan mengendalikan diabetes melitus. Diet yang tidak sesuai dan aktivitas fisik yang tidak memadai dapat menjadi faktor kegagalan dalam mengontrol kadar gula darah. Pengaturan makan (diet) untuk pasien diabetes melitus Tipe 2 sangatlah penting. Ini bertujuan untuk meningkatkan pengendalian metabolisme pada pasien diabetes melitus. Pola aktivitas seperti olahraga dan

melakukan aktivitas sehari-hari juga dapat mengontrol kadar gula darah. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana manajemen diet dan pola aktivitas terhadap penderita diabetes melitus tipe 2 di komunitas Nias.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran manajemen diet dan aktivitas pada penderita diabetes melitus tipe 2 di komunitas Nias.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi gambaran manajemen diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di komunitas Nias
- 2) Mengidentifikasi gambaran manajemen pola aktivitas pada penderita diabetes melitus tipe 2 di komunitas Nias

1.4 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan judul diatas maka yang menjadi pertanyaan penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran manajemen diet dan pola aktivitas pada penderita diabetes melitus tipe 2 di komunitas Nias.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dalam dunia keperawatan terutama mengenai gambaran manajemen diet dan pola aktivitas pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis bagi mahasiswa adalah diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang gambaran manajemen diet dan pola aktivitas pada penderita diabetes melitus Tipe 2 serta dapat dijadikan sebagai referensi dalam mengembangkan penelitian berikutnya. Bagi masyarakat, penderita DM Tipe 2 dan keluarga, diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang manajemen pola diet dan aktivitas yang benar pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2, serta menumbuhkan kesadaran untuk menjalankan diet dan aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2 yang tepat.

