

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 Tipe 2 (DM Tipe 2) adalah suatu penyakit yang diakibatkan karena penggunaan insulin yang tidak efektif oleh tubuh (*World Health Organization* [WHO], 2019). Penderita diabetes di seluruh dunia sebagian besar adalah DM Tipe 2, salah satu penyebabnya adalah berat badan yang berlebih serta jarang melakukan aktivitas fisik atau yang biasa dikenal dengan *Sedentary Lifestyle* (WHO, 2019). *Sedentary Lifestyle* adalah kebiasaan seseorang yang melakukan aktivitas fisik minimum dan gaya hidup yang tidak aktif dapat menyebabkan penyimpanan energi yang meningkat sehingga terjadi penimbunan lemak dan pada akhirnya dapat menyebabkan obesitas (*National Center for Biotechnology Information* [NCBI], 2017).

Menurut WHO (2019) yang menderita diabetes di dunia mencapai angka 422 juta orang, dan paling banyak penderitanya berada di negara yang memiliki penghasilan rendah dan menengah. *International Diabetes Federation (IDF)* tahun 2017 mengatakan bahwa saat ini yang menduduki peringkat ke enam dunia adalah Negara Indonesia dengan jumlah 10,3 juta penderita dan merupakan negara dengan penderita diabetes terbesar. Rencana awal penelitian dilakukan di Puskesmas Binong Tangerang Banten, dan dari hasil survei didapatkan data sebanyak 109

orang yang menderita DM Tipe 2. Namun sejak pandemi COVID-19 peneliti tidak mungkin melakukan penelitian di Puskesmas Binong Tangerang Banten dikarenakan aturan *sosial distancing* dari pemerintah, maka penelitian ini dialihkan ke komunitas daerah Nias. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menemukan bahwa di Sumatera Utara, angka kejadian DM Tipe 2 mencapai 2% dari jumlah penduduk sedangkan jumlah penderita DM Tipe 2 di Nias tahun 2017 adalah 6,9% dari jumlah penduduk atau sebanyak 9.610 jiwa (Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Gunungsitoli Nias, 2017)

Terdapat empat pilar manajemen DM Tipe 2 menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI, 2015) yaitu edukasi, diet nutrisi, latihan jasmani, dan farmakologi. Salah satu usaha yang dapat dilakukan agar dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penderita diabetes melitus adalah dengan memberikan edukasi menurut PERKENI (2015). Maulana (2011) menyatakan bahwa dengan tingginya pengetahuan klien tentang diet DM Tipe 2 diharapkan dapat meningkatkan sikap tentang kepedulian penderita terhadap pengaturan diet DM Tipe 2 dan komplikasi DM Tipe 2 dapat dicegah. Dengan demikian, penderita DM Tipe 2 diharapkan proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dengan melakukan aktivitas perawatan diri penderita diabetes melitus, yang di dalamnya termasuk pengelolaan diet/pengaturan makan.

Peneliti melakukan wawancara via handphone kepada sepuluh penderita DM Tipe 2 di daerah Nias didapatkan hasil bahwa delapan dari 10 penderita DM Tipe 2 masih belum mengetahui tentang diet/aturan makan khusus bagi penderita DM Tipe 2. Mereka mengatakan tetap mengonsumsi banyak nasi, sayuran pun

hanya sedikit saja, jarang memakan buah-buahan, tidak tahu mengenai makanan selingan dan waktu untuk makanan selingan. Para penderita lebih banyak mengonsumsi nasi, beras ketan, ikan asin, ikan teri, kerupuk dan suka minum teh di pagi hari serta kopi di siang dan sore hari setelah selesai bekerja. Tidak ada pantangan makanan yang spesifik yang harus mereka hindari dan hanya mengonsumsi makanan yang disajikan saat itu saja. Mereka sering merasa kebingungan dalam menentukan menu makanan seperti jenis, jumlah, dan jadwal makan yang tepat.

Dukungan keluarga pun masih dirasakan sangat kurang dimana sembilan dari 10 penderita DM Tipe 2 mengatakan keluarga hanya sebatas mengingatkan dan menegur saja jika penderita melanggar pantangan makanan yang dianjurkan oleh petugas kesehatan. Dukungan tenaga kesehatan masih dirasakan sangat kurang dimana enam dari 10 penderita mengatakan tidak pernah mengikuti penyuluhan tentang DM Tipe 2 dan tidak pernah mendengar informasi atau edukasi tentang manajemen diet dari puskesmas, dan setiap kali berobat ke dokter maupun ke puskesmas tidak ada edukasi secara khusus mengenai manajemen diet DM tipe 2. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2 di komunitas.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu faktor utama keberhasilan dalam menjalankan diet adalah memiliki pengetahuan yang baik tentang manajemen diet DM tipe 2. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman akan prinsip pengaturan dan perencanaan makan dapat memperberat kondisi kesehatan penderita DM Tipe 2 yang mengakibatkan kadar gula darah selalu tinggi sehingga mempercepat timbulnya komplikasi. Oleh karena itu rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2 di komunitas.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2 di komunitas.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik demografi penderita DM Tipe 2 di komunitas.
- 2) Mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang manajemen diet berdasarkan karakteristik responden.
- 3) Mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang manajemen diet berdasarkan Jenis Makanan, Jumlah Makanan, dan Jadwal Makan (3J).
- 4) Mengidentifikasi gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2 di komunitas.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan terutama tentang gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2.

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Fakultas Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan informasi tambahan bagi mahasiswa-mahasiswi mengenai gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2.

2) Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pemahaman tentang gambaran pengetahuan tentang manajemen diet pada penderita DM Tipe 2.

3) Bagi Masyarakat, Penderita DM Tipe 2 dan Keluarga

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan kesadaran dalam menjalankan diet DM Tipe 2 yang tepat.