

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah suatu gangguan metabolik yang ditandai oleh peningkatan kadar gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan/atau penurunan respons tubuh terhadap insulin (resistensi insulin). DM Tipe 2 menyumbang antara 85% hingga 95% dari total kasus diabetes di negara berpenghasilan tinggi, dan angkanya bisa lebih tinggi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. (Fadilah, Nurul Aini., 2016). Salah satu faktor penyebab terjadinya diabetes melitus yaitu merokok, mengonsumsi alkohol, pola makan yang tidak memiliki nutrisi seimbang seperti kurang mengonsumsi sayuran dan buah-buahan, kurang aktivitas fisik dan juga gaya hidup yang buruk (Gayatri., dkk 2022). sehingga muncul gejala seperti mudah haus, mudah lelah, mudah lapar dan banyak buang air kecil terutama pada malam hari, serta berat badan menurun dengan cepat (Misnadiarly., 2006). bila keadaan tersebut tidak cepat diobati akan berdampak terjadinya hipoglikemia dan krisis hiperglikemia (Sulastri., 2022).

Indonesia menduduki peringkat ke-6 dunia dengan jumlah diabetesi sebanyak 10,3 juta jiwa (Pangestika., dkk 2022). Pada tahun 2018, dari 4.549.481 orang yang menderita DMT2, 32,2% mengalami komplikasi kardiovaskular, 29,1% mengalami aterosklerosis, 21,2% menderita penyakit arteri koroner, 14,9% mengalami gagal jantung, 14,6% angina, 10% infark miokard, dan 7,6% stroke. Penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian pada pasien DMT2 (Decroli, Eva., (2019). Resistensi insulin pada DM dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk genetik, stres, pola makan yang buruk, obesitas, dan infeksi. Meningkatnya jumlah penderita DM disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dalam pengelolaan penyakit, terutama dalam pola makan. Pengetahuan yang baik

tentang pengelolaan DM sangat penting untuk mengontrol kadar gula darah. Penderita DM yang memahami diet dengan baik dapat mengubah sikap dan mengendalikan kondisi mereka dengan mengatur pola makan, sehingga dapat hidup lebih lama. (Nurrohmad., dkk 2015).

Diabetes melitus (DM) merupakan masalah kesehatan yang penting, dengan data studi global menunjukkan prevalensi sebesar 8,8% pada tahun 2015, yang setara dengan sekitar 415 juta orang di seluruh dunia. Diperkirakan angka ini akan meningkat menjadi 642 juta jiwa pada tahun 2040. (Kabosu., dkk 2019).

Menurut data dari World Health Organization (WHO) tahun 2016, diabetes melitus (DM) merupakan ancaman serius bagi kesehatan manusia di abad ke-21. Pada tahun 2014, jumlah penderita DM di seluruh dunia mencapai 422 juta orang, dengan sebagian besar kasus terjadi di negara berkembang. Indonesia, sebagai salah satu negara berkembang, memiliki jumlah penderita yang cukup tinggi. (Wadja., dkk 2019). Data penderita DM pada tahun 2021, terdapat 537 juta orang dewasa didunia yang menderita DM dan diperkirakan pada tahun 2030 menjadi 643 juta, dan di tahun 2045 diperkirakan akan menjadi 783 juta penderita (Pitoy, Frendy Fernando., 2023).

Indonesia menduduki peringkat keenam dalam jumlah kasus diabetes melitus terbanyak di dunia. Menurut Diabetes Atlas 2000 (International Diabetes Federation), jumlah penduduk Indonesia di atas 20 tahun diperkirakan mencapai 125 juta, dengan asumsi prevalensi DM sebesar 4,6%, yang berarti terdapat sekitar 5,6 juta penderita diabetes pada tahun 2000. Dengan pola penambahan penduduk yang serupa, diperkirakan pada tahun 2020, jumlah penduduk berusia di atas 20 tahun akan mencapai 178 juta, dan jika prevalensi DM tetap 4,6%, maka akan ada sekitar 8,2 juta pasien diabetes. (Betteng., dkk 2014).

Data RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus (DM) di tingkat nasional mencapai 8,5 persen, yang setara dengan sekitar 20,4 juta orang di Indonesia. (Soebagijo, Adi Soelistijo., 2019).

Menurut data Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur (2018), jumlah penderita diabetes melitus (DM) mencapai 74.867 orang, di mana 16.968 di antaranya menerima pelayanan kesehatan sesuai standar. (Parera, Yuliana Febriani., dkk 2023). Menurut laporan tahunan Dinas Kesehatan Kota Kupang 2022, jumlah penderita Diabetes Melitus mencapai 5.140 kasus, sementara jumlah penderita DM yang menerima pelayanan kesehatan sesuai standar adalah 6.470 orang. Berdasarkan data profil kesehatan Dinas Kesehatan Kota Kupang tahun 2022 penyakit diabetes melitus menempati urutan pertama di Puskesmas Oesapa dengan jumlah penderita sebesar 879 orang, dan penderita diabetes melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar berjumlah 493 orang. Berdasarkan data dari Puskesmas Oesapa Kota Kupang satu bulan terakhir bulan Agustus dengan jumlah penderita diabetes melitus sebesar 52 kasus. Laki-laki dengan penderita diabetes melitus berjumlah 18 orang dan perempuan penderita diabetes melitus berjumlah 34 penderita.

Pasien diabetes melitus diharapkan memiliki pengetahuan dasar tentang 3J (jumlah, jenis, dan jadwal), karena pemahaman mengenai diet dapat membantu mereka mengubah perilaku untuk mengendalikan kondisi penyakit dan meningkatkan harapan hidup. Tingkat pengetahuan yang rendah dapat mengakibatkan pola makan yang tidak tepat, yang berisiko menyebabkan obesitas dan akhirnya meningkatkan kadar glukosa darah. Diet berperan penting dalam pengelolaan diabetes untuk menurunkan berat badan, mengurangi resistensi insulin, dan meningkatkan respons sel terhadap glukosa. Kepatuhan terhadap diet merupakan perubahan perilaku positif yang diharapkan, sehingga proses penyembuhan penyakit dapat berjalan lebih cepat dan terkontrol. Perubahan pola makan yang diharapkan bagi pasien DM adalah beralih dari kebiasaan makan yang tidak teratur menjadi diet yang terencana.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulia (2015) mengindikasikan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada penderita DM meliputi pendidikan, pengetahuan, persepsi, motivasi, dukungan keluarga, dukungan

tenaga kesehatan, dan lama menderita. Kepatuhan dapat didefinisikan sebagai tingkat perilaku individu (seperti mengonsumsi obat, mengikuti diet, atau melakukan perubahan gaya hidup) yang sesuai dengan rekomendasi terapi kesehatan.(Sugandi, Ario., dkk 2018).

Pasien yang patuh diet DM secara berkala akan menambah wawasan atau pengetahuan diet dan meningkatnya kepatuhan dalam pola makan serta dapat mencegah komplikasi lebih lanjut. Pasien yang mematuhi diet akan memiliki kontrol glikemik yang lebih baik. Dengan pengendalian glikemik yang baik dan konsisten, mereka dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi risiko jangka panjang. Tujuan diet bagi penderita diabetes melitus adalah membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan berolahraga untuk mencapai kontrol metabolik yang lebih baik. Ini dilakukan dengan menjaga kadar glukosa darah agar mendekati normal melalui keseimbangan antara asupan makanan dan insulin. (Zulkarnaini.,dkk 2022). Kendala utama dalam pengelolaan diet diabetes melitus adalah kejenuhan pasien terhadap diet yang dijalani. Kunci penting untuk menjalani diet ini adalah 3J, yaitu jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makanan.(Kune, Asri Ester.,dkk 2023).

Pengetahuan pasien tentang diet dapat ditingkatkan melalui berbagai cara, salah satunya adalah pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, di mana perubahan ini tidak hanya sekadar transfer materi atau teori dari satu orang ke orang lain, tetapi juga melibatkan kesadaran dari dalam individu, kelompok, atau masyarakat itu sendiri. Pemberian pendidikan kesehatan yang teratur dengan materi yang sederhana, metode yang tepat, pengajar yang kompeten, dan waktu yang sesuai dengan responden yang menjalani rehabilitasi dapat meningkatkan pengetahuan mereka. Selain itu, faktor media dalam edukasi pribadi juga berperan penting. Dalam memberikan pendidikan kesehatan secara individu, peneliti menggunakan booklet yang berisi kegiatan-kegiatan sederhana dan mudah dipahami, untuk memperluas wawasan dan informasi mengenai diet diabetes melitus. Diharapkan hal ini dapat

meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengelola diet serta mengubah perilaku dan gaya hidup mereka, sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi. (Harwadi, Hendra., 2015).

Booklet adalah salah satu media dalam pendidikan kesehatan yang berfungsi untuk menyampaikan berbagai informasi dari pembuatnya. Salah satu keunggulan booklet adalah tampilannya yang lebih menarik, sehingga dapat menarik perhatian dan meningkatkan minat pembaca. Jika dibandingkan dengan media lainnya, seperti leaflet, booklet mampu menyajikan informasi yang lebih banyak dan terperinci. Secara fisik, booklet mirip dengan buku tipis yang lengkap dengan informasi, sehingga mudah dibawa ke mana saja. Seperti halnya pamphlet, booklet juga menyajikan beragam informasi yang penting; namun, booklet menyajikan informasi yang jauh lebih kompleks dibandingkan pamphlet, yang hanya menawarkan sedikit informasi. (Sari, Vadira Rahma & Werdiharini, Agustina Endah., 2020).

Pendidikan kesehatan yang disampaikan melalui metode atau media booklet dapat memengaruhi individu dalam aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku, sesuai dengan tujuan dari pendidikan kesehatan tersebut. Media booklet menyediakan informasi yang lebih rinci dan dilengkapi dengan gambar-gambar menarik, sehingga responden dapat lebih mudah mengingat informasi yang terkandung di dalamnya. (Kune, Asri Ester., dkk 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.”

1.2. Rumusan Masalah

Apakah Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Booklet berpengaruh terhadap Pengetahuan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
2. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan tentang Diet diabetes melitus tipe 2 sebelum dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan media booklet di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
3. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan Diet diabetes melitus tipe 2 setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan media booklet di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
4. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media booklet Terhadap Pengetahuan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti khususnya mengenai pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Menggunakan Media Booklet

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Kupang.

- b. Sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan media booklet dapat digunakan sebagai media untuk melakukan pendidikan kesehatan terkait diet diabetes melitus.

1.4.4. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan masukan dan membantu program promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penulisan

No	Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Persamaan	Perbedaan	Hasil
1	Asri Ester Kune, Sri Rahayu, Wahyudi Qorahman MM (2023)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan	Desain penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan one group pre-test post-test.	Rancangan penelitian menggunakan one-group pre-test post test	tempat penelitian saya di puskesmas oesapa kota kupang dan metode menggunakan quasi eksperimen dengan one group pre test post test sedangkan penelitian saya menggunakan metode pre eksperimen dengan pendekatan one group pre test dan post tes	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden penderita diabetes melitus tipe 2 pada pre-test berada dalam kategori baik sebesar 3,3%, cukup 10,0%, dan kurang 86,7%. Sementara itu, pada post-test, tingkat pengetahuan tersebut meningkat, dengan kategori baik mencapai 43,3%, cukup 36,7%, dan kurang 20,0%. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan p value sebesar 0,000.
2	Zulkarnaini, Nora Hayani, Azwarni, Keumalahayati (2022)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe-2 Di Puskesmas Tamiang Hulu Kabupaten Aceh Tamiang	Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan desain one group pretest-postest, dimana dalam rancangan ini tidak ada kelompok perbandingan (kontrol)	pengaruh pendidikan kesehatan pada penderita diabetes melitus tipe 2 dengan menggunakan desain one group pretest-postest,	tempat penelitian saya di puskesmas oesapa kota kupang, tidak menggunakan media saat melakukan pendidikan kesehatan serta jurnal ini meneliti tentang kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 sedangkan saya meneliti tentang pengetahuan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2, metode yang digunakan dalam jurnal ini yaitu quasi eksperimen	Hasil uji paired sample T-Test menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,000, yang lebih kecil dari alpha 0,05, dengan tingkat signifikansi 95%. Nilai mean kepatuhan diet sebelum pendidikan kesehatan adalah 25,53 dengan standar deviasi 3,944, sedangkan nilai mean kepatuhan diet setelah pendidikan kesehatan meningkat menjadi 39,67 dengan standar deviasi 9,386. Perbedaan nilai mean antara kepatuhan diet

					menggunakan desain one group pretest-posttest sedangkan penelitian saya menggunakan metode pre eksperimen dengan pendekatan one group pre test dan post tes	sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Tamiang Hulu Kabupaten Aceh Tamiang.
--	--	--	--	--	---	--