

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes Melitus Tipe 2 (DM Tipe 2) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menunjukkan tren peningkatan prevalensi secara global. Kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan pada berbagai organ tubuh dan secara signifikan meningkatkan risiko kematian. DM Tipe 2 adalah gangguan metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia atau kadar glukosa darah yang tinggi. hiperglikemia tersebut terjadi akibat produksi insulin yang tidak mencukupi, penurunan respons sel terhadap insulin (resistensi insulin), atau kombinasi dari keduanya. Jika kadar gula darah tidak terkontrol dalam jangka panjang, hal ini dapat menyebabkan kerusakan permanen pada jaringan tubuh, disfungsi organ, hingga kegagalan pada organ vital seperti retina mata, ginjal, sistem saraf, jantung, serta pembuluh darah. Diabetes merupakan penyakit kronis yang serius yang timbul ketika pankreas tidak mampu menghasilkan insulin dalam jumlah yang memadai, atau ketika tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin secara efektif. (Listyaningsih, 2020).

Salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya Diabetes Melitus tipe 2 adalah stres. Stres sendiri merupakan kondisi di mana seseorang merasa tidak mampu menghadapi tekanan secara mental, fisik, emosional, maupun spiritual, sehingga berdampak pada kesehatannya secara menyeluruh. Stres dapat muncul dalam bentuk yang positif maupun negatif. Apabila Diabetes Melitus tidak ditangani secara tepat, maka dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti kerusakan saraf, penyakit jantung, hingga gagal ginjal. Kondisi ini tentu memperburuk keadaan pasien diabetes, karena sering kali komplikasi tersebut tidak disadari sejak awal dan dapat berkembang menjadi masalah akut maupun kronis. (Kementerian Kesehatan RI, 2023)

Dari Data World Health Organization (WHO) Diperkirakan jumlah penderita diabetes akan meningkat setidaknya menjadi 366 juta. Indonesia merupakan salah satu negara dengan jumlah penderita diabetes yang relatif tinggi, hal ini didukung oleh hasil Rikesdas 2021 yang menunjukkan prevalensi diabetes di Indonesia tertinggi pada kelompok usia 15 tahun ke atas menurut diagnosa medis bahwa hal itu dapat dilihat. Menunjukkan peningkatan dibandingkan Riskesdas 2022, Pada tahun 2023, Indonesia memiliki 8,4 juta. penderita diabetes, menjadikannya negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi keempat di dunia.(Rahmatiah et al., 2022).

Berdasarkan laporan dari International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan bahwa sampai dengan tahun 2021 di seluruh dunia terdapat 537 juta orang dewasa usia 20-70 tahun menderita diabetes dan akan terus meningkat. diabetes telah menyebabkan kematian sebanyak 6,7 juta pada tahun 2021 dan diperkirakan sebanyak 19,46 juta penduduk Indonesia menderita diabetes. Jumlah ini mencerminkan peningkatan signifikan sebesar 81,8% dibandingkan tahun 2019. Dengan angka tersebut, Indonesia menempati urutan kelima dunia dalam hal prevalensi diabetes, berada di bawah Tiongkok, India, Pakistan, dan Amerika Serikat. Menariknya, Indonesia menjadi satu-satunya negara di wilayah Asia Tenggara yang masuk dalam sepuluh besar negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak secara global. Sebagian besar kasus diabetes yang tercatat di Indonesia merupakan Diabetes Melitus Tipe 2 (Dewi et al., 2022).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2021, prevalensi Diabetes Melitus (DM) di Indonesia pada penduduk usia 15 tahun ke atas yang telah didiagnosis oleh dokter mengalami peningkatan, dari 1,5% pada tahun 2013 menjadi 2%. Jika dilihat dari seluruh kelompok umur, prevalensi DM tercatat sebesar 1,5%. Kelompok usia yang paling banyak terdampak adalah usia 55–64 tahun dengan prevalensi 6,3%, disusul kelompok usia 65–74 tahun sebesar 6%. Selain itu, proporsi penderita DM lebih tinggi pada perempuan, yakni sebesar 1,8%, dibandingkan pria yang sebesar 1,2%. Prevalensi juga lebih tinggi di wilayah perkotaan (1,9%) dibandingkan dengan

wilayah pedesaan (1,0%). (Harahap, 2021).

Berdasarkan dokumen *Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur* (NTT) tahun 2021, jumlah penderita diabetes di wilayah ini tercatat sebanyak 74.867 orang. Dari jumlah tersebut, sebanyak 16.968 pasien mendapatkan perawatan sesuai standar. Kota dengan jumlah kasus tertinggi adalah Kota Kupang, yang mencatat 29.242 penderita diabetes. Namun, hanya 5.517 orang (sekitar 18,9%) dari jumlah tersebut yang menerima pengobatan standar. Sementara itu, Kabupaten Sumba Tengah memiliki jumlah penderita terendah, yaitu 24 orang, dan seluruhnya telah mendapatkan pelayanan sesuai standar. Pada tahun 2022, Data dari Dinas Kesehatan Kota Kupang tahun 2022 menunjukkan bahwa Puskesmas Bakunase mencatat jumlah kasus Diabetes Melitus tertinggi, yakni sebanyak 879 kasus. Diikuti oleh Puskesmas Shikmana dengan 818 kasus, serta Puskesmas Oebobo sebanyak 697 kasus. Puskesmas Bakunase II melaporkan 664 kasus, sementara Puskesmas Arak mencatat 523 kasus, dan Puskesmas Oebobo II melaporkan 474 kasus. Selanjutnya, Puskesmas Penhui mencatatkan 307 kasus, disusul oleh Puskesmas Pasir Panjang dengan 288 kasus, Puskesmas Naioni sebanyak 197 kasus, serta Puskesmas Manutapeng dan Puskesmas Kota Kupang masing-masing mencatat 176 kasus. Kasus terendah dilaporkan oleh salah satu puskesmas dengan jumlah 117 kasus (Dinas Kesehatan Kota Kupang, 2022).

Data yang diperoleh dari RSUD Umbu Rara Meha waimgapu di Ruang Dahlia, tahun 2021 terdapat sebanyak 29 pasien rawat inap, tahun 2022 meningkat sebanyak 41 pasien dan tahun 2023 tambah meningkat sebanyak 133 pasien Diabetes Melitus Tipe 2

KIE (komunikasi, informasi, edukasi) tentang nutrisi dan nutrisi pada pasien dengan diabetes mellitus bertujuan untuk mengomunikasikan pemahaman yang benar tentang manajemen makanan dalam mengendalikan kadar gula darah dan mempertahankan bobot yang sama. Komunikasi yang baik antara staf medis, ahli gizi dan pasien sangat penting, memastikan bahwa pasien memahami efek makanan pada kadar gula darah. Informasi yang diberikan mencakup jenis makanan yang harus dikonsumsi atau dihindari. Pentingnya makanan dengan indeks glikemik rendah dan menyesuaikan nutrisi di beberapa

daerah. Pendidikan bertujuan untuk membantu pasien mengubah sikap saat memilih makanan yang tepat dan mengajari mereka cara mengelola jenis dan kuantitas makanan yang tepat. (Eko, 2023).

Bagi penderita diabetes tipe 2, menerapkan pola makan yang sehat merupakan langkah krusial dalam menjaga kestabilan kadar gula darah serta mencegah komplikasi serius di masa mendatang. Salah satu fokus utama dalam pengaturan makanan adalah memilih karbohidrat secara bijak, terutama dengan mengutamakan karbohidrat kompleks seperti biji-bijian utuh, beras merah, aneka sayur, dan buah-buahan. Jenis karbohidrat ini dicerna lebih lambat oleh tubuh, sehingga dapat membantu menghindari lonjakan gula darah secara tiba-tiba. Memilih makanan dengan indeks glikemik rendah hingga sedang juga sangat dianjurkan, seperti sayuran dan biji-bijian utuh, karena dapat membantu menstabilkan kadar gula dalam darah. Selain itu, penting untuk mengonsumsi lemak sehat, terutama lemak tak jenuh yang terkandung dalam minyak zaitun, ikan berlemak, serta kacang-kacangan, sambil membatasi konsumsi lemak jenuh dan lemak trans yang bisa berdampak buruk bagi kesehatan. Sumber protein yang disarankan meliputi ikan, daging ayam tanpa kulit, telur, serta protein nabati seperti tahu dan tempe. Serat, khususnya serat larut yang terdapat dalam buah, sayur, dan kacang-kacangan, berperan penting dalam membantu mengatur kadar gula darah dan mendukung kesehatan sistem pencernaan. Makan dalam porsi kecil namun lebih sering sepanjang hari juga disarankan agar gula darah tetap terkontrol. Penting pula untuk menghindari makanan dan minuman tinggi gula tambahan, seperti minuman manis dan produk olahan. Memastikan asupan cairan yang cukup dan mengontrol kalori yang dikonsumsi juga berperan penting dalam menjaga berat badan ideal. Perlu diingat bahwa pola makan untuk penderita diabetes sebaiknya disesuaikan dengan kondisi masing-masing individu. Oleh karena itu, konsultasi dengan dokter atau ahli gizi sangat penting untuk menyusun rencana diet yang sesuai. Tak hanya dari sisi makanan, aktivitas fisik secara teratur juga memberikan manfaat besar dalam meningkatkan sensitivitas tubuh terhadap insulin dan menjaga kadar gula darah tetap stabil. Dengan menggabungkan pola makan sehat dan gaya hidup aktif, penderita diabetes tipe 2 dapat mengelola kondisi

mereka secara efektif serta mengurangi risiko komplikasi jangka panjang.

Menjalankan diet adalah harapan setiap penderita diabetes. Artinya, semua pasien diabetes akan menerapkan metode dan tindakan pengobatan yang disarankan oleh dokter atau dokter naturopati sebagai tindakan pencegahan yang direkomendasikan bagi pasien DM yang pengobatannya telah gagal. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekurangan gizi, ketidakpatuhan terhadap aturan diet, dan lain sebagainya, tetapi ini merupakan masalah yang sangat serius. Tidak mengikuti diet akan menyebabkan kadar gula darah Anda meningkat. Oleh karena itu, penderita diabetes disarankan untuk menjalani terapi diet (disingkat 3J). 3J adalah jumlah, jenis dan jadwal makan yang harus diperhatikan singkatan cepat untuk angka yang tepat dan metode yang tepat. Kepatuhan terapi nutrisi adalah faktor kunci dalam penggunaan dan kontrol kadar glukosa darah yang tepat. Pasien dengan DM harus menjaga keseimbangan kadar glukosa darah untuk menghindari hipoglikemia dan hiperglikemia. Hiperglikemia kontinu dapat menyebabkan komplikasi yang mempengaruhi fungsi dan integritas organ penting, seperti mata, hati, ginjal, dan otak. Tingkat hipoglikemia dapat menyebabkan hipoglikemia dan koma. panjang. (Sahwa & Supriyanti, 2023).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi asuhan keperawatan pemberian KIE tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah Di Ruang Dahlia RSUD Umbu Rara Meha Waingapu?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Mampu menggambarkan asuhan keperawatan pada Implementasi Pemberian KIE tentang Gizi dan Diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan masalah Ketidakstabilan kadar Glukosa Darah Di Ruang Dahlia RSUD Umbu Rara Meha Waingapu

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mampu menggambarkan pengkajian asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Dahlia, RSUD Umbu Rara Meha Waingapu
2. Mampu menggambarkan Diagnosa pada Pasien Diabetes Tipe 2 Di Ruang Dahlia, RSUD Umbu Rara Meha Waingapu
3. Mampu menggambarkan intervensi pada Pasien Diabetes Tipe 2 Di Ruang Dahlia, RSUD Umbu Rara Meha Waingapu
4. Mampu menggambarkan implementasi Pada Pasien Diabtes Melitus Tipe 2 Di Ruang Dahalia, RSUD Umbu Rara Meha Waingapu
5. Mampu meggambarkan evaluasi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Dahlia, RSUD Umbu Rara Meha Waingapu.

1.4 Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini memberikan informasi terkait tingkat kemandirian pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2, yang diharapkan dapat menjadi acuan bagi perawat rumah sakit dalam merancang serta memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif dan interaktif. Asuhan ini ditujukan kepada keluarga yang memiliki anggota dengan DM Tipe 2, dengan berlandaskan pada prinsip evidence-based practice.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penerapan pemberian KIE tentang gizi dan diet terhadap status ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes melitus Tipe 2

b. Bagi institusi pendidikan

Sebagai data kepustakaan atau sebagai acuan sehingga dapat memberikan gambaran tentang penatalaksanaan penerapan pemberian KIE tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah

c. Bagi Pasien

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi yang berguna untuk meningkatkan pemahaman pasien mengenai pentingnya edukasi, informasi, dan komunikasi (KIE) terkait gizi dan pola diet. Pengetahuan ini diharapkan dapat membantu pasien dalam menangani kondisi ketidakseimbangan nutrisi yang mungkin mereka alami.

d. Bagi Rumah Sakit

Sakit Aplikasi riset ini diharapkan dapat sebagai referensi atau kepustakaan untuk menindak lanjuti dalam asuhan keperawatan mengenai penerapan pemberian KIE tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

e. Bagi Pembaca

Sebagai sumber informasi bagi pembaca tentang penerapan pemberian KIE tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah.

1.5 Keaslian Penelitian

No	Judul	Desain Penelitian	Sampel Dan Teknik Sampel Sampling	Variabel	Instrumen	Analisis	Hasil Dan Kesimpulan
1.	Implementasi asuhan keperawatan berupa pemberian edukasi, informasi, dan komunikasi (KIE) tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dilakukan di rumah sakit di ruangan IGD Oebobo dengan tujuan menurunkan kadar glukosa darah pasien.	Desain studi kasus	Sampel studi kasus adalah 1 pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Pemberian edukasi, informasi, dan komunikasi (KIE) mengenai gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 sangat penting, terutama untuk membantu mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa darah.	Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi	Menggunakan analisis deskriptif	Berdasarkan hasil studi kasus di bidang medikal bedah mengenai implementasi pemberian edukasi, informasi, dan komunikasi (KIE) tentang gizi dan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 untuk menurunkan kadar glukosa darah, penelitian oleh Sapti et al. (2019) menunjukkan adanya penurunan signifikan kadar glukosa darah pada pasien setelah dilakukan intervensi