

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus berasal dari bahasa Yunani yaitu diabetes yang berarti “*Sypon*” menunjukkan pembentukan urine yang berlebihan, dan mellitus berasal dari kata “*meli*” yang berarti madu (Kementrian Kesehatan RI,2024). Diabetes melitus (DM) adalah gangguan metabolik Yang ditandai oleh meningkatnya kadar glukosa dalam darah akibat berkurangnya produksi insulin oleh sel beta pankreas atau adanya gangguan/resistensi terhadap insulin. Penderita DM umumnya beresiko mengalami kondisi seperti hipoglikemia, hiperglikemia, ketoasidosis diabetik, dehidrasi, dan trombosis. Dari semua risiko tersebut, hipoglikemia dan hiperglikemia merupakan komplikasi utama yang paling sering dialami oleh pasien DM (Rusdi, Mesa Sukmadani, 2020).

Diabetes melitus merupakan serangkaian gangguan metabolisme yang ditandai dan diidentifikasi dengan hiperglikemia. Diabetes melitus terjadi karena tubuh tidak dapat memproduksi insulin yang cukup atau tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan yang menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah, Insulin adalah hormon penting yang memproduksi protein dan lemak. Kekurangan insulin atau ketidakmampuan sel untuk memproses insulin, menyebabkan kadar gula darah tinggi (hiperglikemia), yang merupakan indikator klinis diabetes (Nurfadilah et al., 2023)

Jumlah penderita diabetes di Indonesia terus meningkat setiap tahun. Pada tahun 2020, ada 10,8 juta orang, atau 6,2% dari total penderita diabetes. Diabetes dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak teratur, pola makan yang ketat bagi beberapa orang, dan konsumsi makanan yang tidak sehat (Yusransyah, Stiani, and Sabilla 2022). IDF menegaskan diabetes sebagai tantangan global yang signifikan terhadap kesehatan dan kesejahteraan individu, keluarga, dan Masyarakat. Sebanyak 537 juta orang dewasa usia 20-79 tahun hidup dengan diabetes, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 64 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 80% kasus DM pada remaja dapat dicegah, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup penderita. Jumlah

penderitanya tidak meningkat setiap tahun dan salah satu cara dengan menghindari kebiasaan yang meningkatkan risiko diabetes. Remaja saat ini berisiko terkena diabetes di kemudian hari karena gaya hidup mereka yang tidak teratur dan tidak teratur. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja lebih suka makanan cepat saji, kantin sekolah, dan pedagang kaki lima, yang biasanya lebih lemak dan kurang serat dan vitamin. Semua hal ini harus dihindari agar tidak menderita DM di kemudian hari dan tetap sehat saat tua).(Putri, 2024)

Tercatat Penderita DM Tipe 2 dari bulan Januari S/D Desember berjumlah 146 Kasus dan Penderita DM Tipe 2 yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar berjumlah 239 kasus dalam tahun 2024 Di Puskesmas Batakte.

Puskesmas Batakte sebagai salah satu fasilitas kesehatan di Indonesia memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan intervensi gizi yang tepat untuk pasien diabetes mellitus. Mengingat tingginya prevalensi DM di Indonesia, dengan data yang menunjukkan bahwa Indonesia adalah negara dengan jumlah penderita DM tertinggi ke-5 di dunia, program intervensi yang berbasis pada pola makan sehat, seperti diet Isi piringku, dapat menjadi salah satu upaya yang efektif. Selain itu, pemberian edukasi yang terus menerus mengenai pentingnya pola makan yang sehat dan pemilihan bahan pangan yang tepat bagi penderita diabetes perlu ditingkatkan.

Konsep “Isi Piringku” yang diperkenalkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberikan pedoman yang jelas mengenai porsi ideal berbagai kelompok makanan untuk dikonsumsi dalam sebuah piring. Konsep ini menekankan pentingnya mengonsumsi separuh dari setiap porsi buah dan sayur dan separuhnya lagi terdiri dari sumber karbohidrat dan protein untuk menjamin asupan gizi seimbang (Rahayuningsih Made Sri, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Efektifitas Pemberian diet isi piringku terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Batakte”. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pola makan dan diet isi piringku terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Batakte. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan

kontribusi dalam pengembangan program pengelolaan Diabetes yang berbasis pada pendekatan nutrisi yang lebih terjangkau dan sesuai dengan kebutuhan lokal. Dengan demikian, program intervensi ini diharapkan tidak hanya dapat menurunkan kadar gula darah, tetapi juga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus secara keseluruhan.

1.2 Rumusan masalah

Apakah Pemberian diet isi piringku berpengaruh terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Batakte

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh diet Isi Piringku terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 DI Wilayah kerja Puskesmas Batakte.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 sebelum penerapan Diet isi Piringku
2. Mengidentifikasi kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 sesudah penerapan Diet Isi Piringku
3. Mengidentifikasi pengaruh Diet Isi Piringku terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2.

1.4 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi, pengetahuan dan bahan referensi untuk perkembangan ilmu pengetahuan tentang manajemen diet Isi Piringku.

1.4.1 Manfaat Praktif

1. Bagi Pasien

Penelitian ini bermanfaat bagi pasien meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pasien dalam mengidentifikasi keefektifan Diet isi piringku terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien DM tipe 2

2. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan tambahan informasi terkait pengobatan secara non farmakologi pada diabetes mellitus dengan Manajemen diet Isi Piringku.

3. Bagi institusi dan puskesmas

Hasil penulisan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan terkhususnya dalam bidang keperawatan tentang pentingnya Diet Isi piringku terhadap Stabilitas kadar gula darah pada pasien DM tipe 2

1.5 Keaslian Tulisan

No	Nama peneliti dan Tahun peneliti	Judul Penelitian	Tempat penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Nurul Oktavia Asyriani, Siska Pratiwi , Nelli Roza Tahun 2024	Hubungan Karakteristik Tenaga Pemorsi dengan Ketepatan Porsi dan Energi pada Standar Diet Diabetes Melitus di RSUD Embung Fatimah	RSUD Embung Fatimah	Kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Pengumpulan data melalui observasi, analisis energi makanan, dan wawancara. Uji statistik menggunakan korelasi Spearman Rank.	Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara karakteristik tenaga pemorsi (pendidikan dan lama bekerja) dengan ketepatan porsi dan kandungan energi makanan ($p > 0,05$).

					Disarankan pelatihan dan penggunaan alat pemorsian yang terstandar.
2	Mochammad Efendi, Ira Purbosari, Asri Wido Mukti (2023)	Studi Manajemen Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Menggunakan Aplikasi Telemedicine Diabestie	Klinik luka diabetes Sawahan Surabaya, Waru & Gedangan Sidoarjo	Observasional, prospektif, total sampling (20 pasien), analisis deskriptif	65% pasien mengalami penurunan gula darah, namun efektivitas aplikasi rendah akibat kurangnya pemahaman teknologi. Pola makan belum sesuai 3J (jenis, jumlah, jadwal).
3	Yusup J. Shandi, Firasyan R. Huda, Dhanny Setiawan,	Rekomendasi Perencanaan Menu Makan Harian bagi Penderita Diabetes	Pengembangan sistem di STMIK LIKMI Bandung	Pengembangan sistem berbasis web menggunakan metode rule-based dan	Aplikasi berhasil memberikan rekomendasi menu makan harian

	Jenisa Felisa (2024)	Melitus dengan Metode Rule- Based		framework Laravel	sesuai kebutuhan kalori pasien DM. Fitur meliputi IMT, kalori harian, alergi, dan distribusi menu.
--	-------------------------	--	--	----------------------	---