

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit yang menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan karena penyakit diabetes sering disebut penyakit silent killer. Istilah diabetes berasal dari bahasa Yunani “diabainen” yang berarti “tembus atau pencuran air”. Sedangkan istilah mellitus berasal dari bahasa Latin yang berarti “rasa manis”. Istilah diabetes mellitus di Indonesia dikenal dengan kata kencing manis. Diabetes mellitus memiliki efek berbahaya dan menyebabkan berbagai komplikasi serius. Komplikasi diabetes berdampak pada beberapa organ diantaranya 30% kematian gagal jantung dan 50% kematian akibat jantung koroner. Penyakit diabetes mellitus selain menyebabkan kematian, juga memiliki komplikasi lain seperti 30% pasien mengalami kebutaan akibat retinopati dan 10% perlu mengamputasi kaki (Elsayed et al., 2023).

World Health Organization (WHO) pada 2024, mencatat bahwa hampir 450 juta orang dewasa berusia 30 tahun ke atas sekitar 59% dari semua orang dewasa penderita diabetes tetapi tidak diobati, menandai peningkatan 3,5 kali lipat pada orang yang tidak diobati sejak tahun 1990. Prevalensi diabetes mellitus pada orang dewasa menunjukkan peningkatan dari 7% menjadi 14% kisaran tahun 1990-2022 (WHO, 2024).

Kemendes (2024), melaporkan bahwa 537 juta orang di dunia saat ini hidup dengan diabetes. Penyakit ini salah satu penyebab terbesar kematian di Indonesia pada tahun 2021 angka ini naik 4,8/100.000 penduduk dalam rentang tahun 2011-2021. 1 dari 2 orang dengan diabetes mellitus tidak terdiagnosis atau 50% atau tidak menyadari penyakit tersebut.

Profil kesehatan Indonesia mencatat bahwa jumlah kasus diabetes mellitus di Nusa Tenggara Timur (NTT) 20.599 kasus. Hampir 30% dari mereka belum mendapatkan layanan kesehatan yang sesuai dengan standar. Diabetes mellitus didukung oleh usia, penurunan aktifitas dan kurang gerak, obesitas, stres,

gaya hidup moderen, dan penggunaan obat-obatan. Semua faktor ini menyebabkan Kerusakan yang signifikan pada tubuh, khususnya pada sistem saraf dan pembuluh darah (Kementrian RI, 2023).

Pada tahun 2022 jumlah penderita diabetes mellitus di Kabupaten Sumba Tengah sebanyak 305 kasus dimana 80,66% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan yang sesuai standar. Jumlah kasus diabetes mellitus meningkat pada tahun 2023 sebanyak 309 kasus dimana 46,48% mendapatkan pelayanan kesehatan yang sesuai standar. Pada tahun 2024 jumlah kasus diabetes mellitus menurun menjadi 293 kasus dimana pelayanan kesehatan mencapai 100% bagi penderita diabetes mellitus (BPS Kabupaten Sumba Tengah, 2024).

Penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit metabolik yang disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai insulin dan kebutuhan insulin yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa dalam darah. Insulin merupakan hormon yang membantu glukosa masuk kedalam sel-sel tubuh. Hormon insulin di produksi di pankreas untuk digunakan sebagai sumber energi, sehingga ketidakseimbangan insulin berdampak langsung pada proses pencernaan dan penyerapan nutrisi. Diabetes mellitus merupakan penyakit yang sering dikaitkan dengan kebiasaan makan seseorang. Pola makan yang tidak seimbang, terutama konsumsi karbohidrat atau gula, protein, lemak, serta asupan energi yang berlebihan, dapat meningkatkan risiko awal munculnya penyakit ini. Semakin tinggi jumlah makanan yang dikonsumsi melebihi kebutuhan tubuh, maka semakin besar pula peluang terjadinya diabetes (Darmawan & Sutomo, 2023).

Penyakit diabetes mellitus menyebabkan perubahan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. Karbohidrat akan dicerna dan diserap dalam bentuk monosakarida, yaitu terutama gula. Penyerapan gula menyebabkan peningkatan kadar gula dalam darah dan mendorong peningkatan sekresi hormon insulin untuk mengontrol kadar gula darah. Untuk mengatasi resistensi insulin maka tubuh akan memproduksi insulin lebih banyak, seiring berjalanya waktu pankreas akan merasa lelah dalam menghasilkan insulin yang cukup, akibatnya kadar glukosa dalam darah meningkat. Ketika kadar glukosa dalam

darah meningkat karena hormon insulin tidak bekerja secara optimal maka tubuh akan merespon dengan rasa lapar, sering merasa haus, meskipun kadar gula dalam darah cukup tinggi (Darmawan & Sutomo, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mauliddiyah (2021), pemberian nasi merah adalah alternatif yang lebih sehat bagi penderita diabetes mellitus. Proses penggilingan yang kurang sempurna menjadikan beras merah kaya akan kandungan protein, vitamin, mineral, lemak dan tinggi serat. Kandungan serat tersebut selain mengenyangkan dan bagus untuk pencernaan juga dapat meningkatkan viskositas (suatu pernyataan tahanan dari suatu cairan untuk mengalir) lumen dalam usus sehingga akan menurunkan efisiensi penyerapan karbohidrat dan respon insulin. Dengan menurunnya respon insulin, kerja pankreas akan makin ringan sehingga dapat memperbaiki fungsi pankreas dalam menghasilkan insulin. Kandungan serat yang tinggi pada beras merah membantu memperlambat penyerapan gula ke dalam darah, sehingga kadar gula darah tidak naik drastis (Mauliddiyah, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian Implementasi Pemberian Nasi Merah Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Waibakul kabupaten Sumba Tengah.

B. Rumus Masalah

Bagaimana implementasi pemberian nasi merah untuk menurunkan kadar glukosa darah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Waibakul Kabupaten Sumba Tengah.

C. Tujuan Penelitian

Mampu mengimplementasikan pemberian nasi merah untuk menurunkan kadar glukosa darah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada pasien dengan Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Waibakul Kabupaten Sumba Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Sebagai sumber informasi terkini mengenai pemberian nasi merah untuk menurunkan kadar glukosa darah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada pasien diabetes mellitus, dengan harapan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan bagi penderita diabetes.

2. Perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Keperawatan

Memberikan kontribusi dalam penelusuran ilmu dan teknologi dalam pemberian nasi merah untuk menurunkan kadar glukosa darah dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada pasien diabetes mellitus.

3. Pasien

Memberikan pengetahuan dan pengalaman baru mengenai cara mengatasi masalah kadar glukosa darah melalui berbagai intervensi yang diajarkan, serta kemampuan untuk menerapkan langkah-langkah pencegahan diabetes dalam kehidupan sehari-hari.

4. Penulis

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat memperluas wawasan pengetahuan dan pengalaman belajar penulis dalam konteks perawatan dan pengobatan diabetes mellitus.