

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes mellitus (DM) adalah salah satu masalah kesehatan utama yang juga merupakan salah satu dari empat penyakit tidak menular (PTM) prioritas yang peningkatannya mengkhawatirkan (Prihanto, Eko Sudaermo Dahad., dkk. 2022). Diabetes mellitus juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, gagal ginjal dan menyebabkan kematian prematur (Prihanto, Eko Sudaermo Dahad., dkk. 2022)

Pada tahun 2019, diabetes menjadi penyebab langsung dari 1,5 juta kematian dan 48% dari seluruh kematian akibat diabetes terjadi sebelum usia 70 tahun. 460.000 kematian akibat penyakit ginjal lainnya disebabkan oleh diabetes, dan peningkatan glukosa darah menyebabkan sekitar 20% kematian kardiovaskular (Imelda, Sonta. 2019)

Antara tahun 2000 dan 2019, terdapat peningkatan sebesar 3% pada angka kematian akibat diabetes menurut standar usia (World Health Organization, 2023). Di negara-negara berpendapatan menengah ke bawah, angka kematian akibat diabetes meningkat 13% (World Health Organization, 2023). Sebaliknya, kemungkinan kematian akibat salah satu dari empat penyakit tidak menular utama (penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan kronis, atau diabetes) antara usia 30 dan 70 tahun menurun sebesar 22% secara global antara tahun 2000 dan 2019.

Dalam Atlas International Diabetes Federation (IDF) edisi ke-10 disebutkan bahwa di Indonesia, diperkirakan populasi diabetes dewasa yang berusia antara 20-79 tahun adalah sebanyak 19.465.100 orang (Kemenkes 2023) . Sementara itu, total populasi dewasa berusia 20-79 tahun adalah 179.720.500, sehingga bila dihitung dari kedua angka ini maka diketahui prevalensi diabetes pada usia antara 20-79 tahun adalah 10,6%. Dengan kata lain, kalau dihitung pada kelompok usia 20-79 tahun ini berarti 1 dari 9 orang dengan diabetes (Kemenkes RI 2023). Angka kematian terkait diabetes pada usia 20-79 tahun di Indonesia diperkirakan sebesar 236,711.

Sementara itu, proporsi pasien diabetes pada kelompok usia 20-79 tahun yang tidak terdiagnosis adalah 73,7% (Kemenkes RI 2023)

Prevalensi Diabetes Mellitus menurut diagnosa dokter pada penduduk semua umur menurut Kabupaten/Kota, Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan jumlah 44.782 jiwa dengan data tertinggi berada di kabupaten Kota Kupang dengan jumlah 3.524 jiwa (Riskesdas 2018)

Data dari dinas kesehatan kota Kupang tahun 2022, jumlah penderita 5.140 jiwa dan mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 6.470 jiwa (Riskesdas 2018)

Data dari dinas kesehatan kota Kupang tahun 2022 puskesmas Penfui merupakan salah satu puskesmas dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus terbanyak pertama dari sebelas puskesmas yang ada di kota Kupang dengan jumlah 879 jiwa (Imelda, Sonta. 2019)

Data dari puskesmas Penfui tahun 2023 jumlah penderita Diabetes Mellitus sebanyak 477 pasien Diabetes Mellitus. Pasien diabetes mellitus Baru berjumlah 443 pasien, sedangkan yang tidak Baru berjumlah 34 pasien (Riskesdas 2018)

Salah satu faktor penyebab tingginya prevalensi Diabetes Mellitus tipe disebabkan oleh interaksi antara faktor-faktor kerentanan genetik dan paparan terhadap lingkungan (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020).

Faktor lingkungan yang diperkirakan dapat meningkatkan faktor resiko diabetes mellitus tipe adalah perubahan gaya hidup seseorang, diantaranya adalah kebiasaan makan yang tidak seimbang akan menyebabkan obesitas. Selain pola makan tidak seimbang, aktifitas fisik juga merupakan faktor risiko diabetes mellitus. latihan fisik yang teratur dapat meningkatkan mutu pembuluh darah dan memperbaiki semua aspek metabolik termasuk meningkatkan kepekaan insulin serta memperbaiki toleransi glukosa (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020).

Peningkatan diabetes risiko diabetes seiring dengan umur, khususnya pada usia lebih dari 45-60 tahun, disebabkan karena pada usia tersebut mulai terjadi peningkatan intoleransi glukosa. Adanya proses penuaan menyebabkan berkurangnya kemampuan sel pankreas dalam memproduksi insulin (Afriyani,

Suriadi & Argitya Righo. 2020).

Selain itu pada individu yang berusia lebih tua terdapat penurunan aktivitas mitokondria di sel-sel otot sebesar 35 (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020). Hal ini berhubungan dengan peningkatan kadar lemak di otot sebesar 30% dan memicu terjadinya resistensi terhadap insulin. Berdasarkan jenis kelamin prevalensi kejadian DM Tipe 2 pada wanita lebih tinggi daripada laki-laki. Resiko menderita DM bila salah satu orang tuanya menderita DM adalah sebesar 15%. Jika kedua orang tua memiliki DM maka resiko untuk menderita DM adalah 75% (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020). Faktor genetik turut menyumbang berkembangnya diabetes dalam tubuh seseorang, seperti pada kelainan pancreas yang tidak dapat menghasilkan insulin (DM tipe 1). Namun, bukan berarti DM tipe 2 tidak dipengaruhi oleh riwayat keluarga. Riwayat keluarga lebih sering dikaitkan dengan DM tipe 2 dibandingkan dengan tipe 1 (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020).

Penatalaksanaan pasien diabetes mellitus dikenal 4 pilar penting dalam mengontrol perjalanan penyakit dan komplikasi. Empat pilar tersebut adalah edukasi, terapi nutrisi, aktifitas fisik dan farmakologi (Chaidir, Reny., dkk. 2017)

Tujuan jangka panjang yang ingin dicapai dengan memberikan edukasi antara lain penyandang diabetes dapat hidup lebih lama dan dalam kebahagiaan, karena kualitas hidup sudah merupakan kebutuhan bagi seseorang, membantu penyandang diabetes agar mereka dapat merawat dirinya sendiri, sehingga komplikasi yang mungkin timbul dapat dikurangi, selain itu juga jumlah hari sakit dapat ditekan, meningkatkan progresifitas penyandang diabetes sehingga dapat berfungsi dan berperan sebaik-baiknya di dalam masyarakat (Chaidir, Reny., dkk. 2017)

Perencanaan makan yang baik merupakan bagian penting dari penatalaksanaan diabetes secara total (Chaidir, Reny., dkk. 2017). Diet seimbang akan mengurangi beban kerja insulin dengan meniadakan pekerjaan insulin mengubah gula menjadi glikogen. Keberhasilan terapi ini melibatkan dokter, perawat, ahli gizi, pasien itu sendiri dan keluarganya (Chaidir, Reny., dkk. 2017).

Edukasi kesehatan terbukti berpengaruh untuk meningkatkan diet pada pasien DM. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya. Klien diabetes perlu mendapat informasi tentang pengertian tentang DM terutama perencanaan makan. Pengetahuan mengenai manajemen

diabetes merupakan komponen yang penting agar pengelolaan diabetes itu bisa berjalan dengan baik (Aminah, Siti., dkk. 2022).

Walaupun edukasi terus diberikan namun angka kejadian DM terus meningkat. Komplikasi akibat DM juga sering terjadi pada pasien Diabetes Mellitus yang tidak dikelola dengan baik sehingga meningkatkannya resiko komplikasi, karena pasien Diabetes Mellitus rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena terjadi defisiensi insulin atau kerja insulin yang tidak adekuat (Widyanata, Komang Agus Jerry. 2018). Komplikasi yang ditimbulkan bersifat akut maupun kronik. Komplikasi akut terjadi berkaitan dengan peningkatan kadar gula darah secara tiba-tiba, sedangkan komplikasi kronik sering terjadi akibat peningkatan gula darah dalam waktu lama (Widyanata, Komang Agus Jerry. 2018). Ketika penderita Diabetes Mellitus mengalami komplikasi, maka akan berdampak pada menurunnya Umur Harapan Hidup (UHP), penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kesakitan (Widyanata, Komang Agus Jerry. 2018).

Salah satu penyebab rendahnya angka kepatuhan diet DM tipe 2 adalah masih disebabkan karena kesadaran penderita dalam melakukan perawatan kesehatan mandiri secara teratur karena kurang dukungan keluarga, untuk mengawasi bagaimana kepatuhan diet pasien dan stress. Penyebab dari faktor tersebut karena kurangnya pengetahuan terhadap perawatan diabetes terutama pada kepatuhan diet (Pratiwi, Putri Syari. 2023)

Dalam melakukan Edukasi, agar pesan-pesankesehatan dapat disampaikan lebih jelas dan masyarakat sasaran dapat menerima pesan orang tersebut dengan jelas dan tepat maka diperlukan media kalender sebagai alat bantu (Duhita, Fitra., dkk. 2022)

Kalender sehat adalah sistem manajemen waktu yang dirancang untuk memastikan gaya hidup sehat dan seimbang. Ini juga termasuk program latihan

fisik, diet sehat, dan farmakologi. Tujuan dari kalender sehat adalah untuk membantu seseorang menemukan keseimbangan antara pekerjaan, aktivitas sehari-hari, dan perawatan diri. Kalender sehat disusun untuk memprioritaskan waktu untuk latihan fisik, menjaga pola makan, jadwal mengkonsumsi obat-obatan dan menentukan jadwal untuk cek pemeriksaan kesehatan secara rutin (Ardiani, Hasnabila Esti., dkk. 2019). Dengan membuat kalender sehat dan mengikuti jadwal yang ditetapkan, seseorang dapat memastikan kebutuhan kesehatannya terpenuhi dan mencegah ketidakseimbangan yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan (Ardiani, Hasnabila Esti., dkk. 2019).

Media promosi kesehatan dalam bentuk kalender terbukti menjadi media komunikasi dan edukasi yang lebih efektif dibandingkan leaflet (Silviani, Irene & Joseph Partogi Sibarani. 2023). Hal ini karena kalender menerapkan prinsip kemanfaatan dan keterpaparan. Kemanfaatan maksudnya kalender memiliki nilai manfaat lebih yaitu keterangan waktu yang ada di dalam kalender tersebut. Sehingga orang enggan membuang karena nilai manfaat tersebut. Sedangkan keterpaparan maksudnya kalender biasanya diletakkan di tempat yang mudah diakses. Sehingga orang mudah terpapar oleh kalender dan dipasang sepanjang tahun. Semakin sering keterpaparan maka berpotensi besar untuk dibaca bahkan dibaca berulang-ulang (Silviani, Irene & Joseph Partogi Sibarani. 2023).

Dalam hal ini media kalender telah melibatkan indera penglihatan, pendengaran dan perabaan serta mengalami sendiri dan mengevaluasi perilaku makan. Sementara media leaflet hanya melibatkan indera penglihatan, pendengaran dan perabaan (Maria, Insana. 2021)

Berdasarkan uraian diatas sangatlah penting dilakukan kajian ilmiah tentang edukasi dengan media kalender terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Penfui.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah penelitian dapat dirumuskan “ Apakah Ada Pengaruh Penerapan Dengan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui”

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Penerapan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui
- 2) Mengidentifikasi pengkajian nutrisi, metabolik, dan pengetahuan diet makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui
- 3) Menerapkan metode Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Baru Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui
- 4) Mengevaluasi hasil penerapan media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Baru Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui

1.4 Manfaat Penulisan

1) Bagi Praktis

Menambah wawasan dan ilmu serta dapat memperoleh pengalaman dalam meneliti Penerapan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus

2) Bagi Responden

Dapat memberikan petunjuk bagi pasien Diabetes Mellitus tentang Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus

3) Bagi peneliti yang akan datang

Dapat menjadi rujukan, sumber informasi dan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan dalam materi-

materi yang lainnya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti/ Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1.	Komang Agus Jerry Widyana, Putu Intan Daryaswant, Ni Made Diah Pusparini Pendet, (2021)	Pemberdayaan Pasien Dm (Diabetes Mellitus) Dalam Perawatan Mandiri Dirumah Dengan Media Kalender Dm	pemilihan sampel secara accidental menggunakan metode ceramah diskusi disertai demonstrasian dengan media kalender DM dan dinilai gula darah sewaktu sebelum dan sesudah penerapan kalender DM dalam perawatan diri dirumah.	Hasil evaluasi menunjukkan hasil 100% peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Nilai gula darah sewaktu peserta sebelum kegiatan menunjukkan hasil lebih dari normal dan ada yang masuk dalam kategori gula darah tidak Baru (Mean: 183) sedangkan setelah menjalankan program manajemen DM dengan media kalender DM nilai gula darah sewaktu peserta rata-rata

				masuk dalam kategori Baru (Mean:146)
2.	Sri Indaryati, (2018)	Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Self-Care Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Kota Palembang	Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif dengan desain quasi exsperiment post test, dari kelompok intervensi DSME dengan media booklet “Perawatan Mandiri Diabetes Mellitus” dan kelompok kontrol tanpa DSME.	Ada pengaruh implementasi DSME terhadap self-care pasien Diabetes Mellitus($p=0.000<0.005$). Teori Keperawatan Mandiri Orem“s: “Self-Care” sesuai Untuk merawat pasien Diabetes Mellitus karena pasien dengan penyakit ini memerlukan kemandirian merawat sakitnya
3.	Trina Kurniawati, Titih Huriah, Yanuar Primanda, 2019	Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap Self Management pada Pasien Diabetes Mellitus	penelitian quasi experimental dengan control group pre test- post test design. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Simple random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 46 orang	Hasil apenelitian menunjukkan bahwa P value uji Wilcoxon Test sebesar 0,000 pada kelompok intervensi, P value uji Mann Whitney test adalah 0,000 pada variabel self management.

			<p>yang terbagi menjadi 23 orang pada kelompok intervensi mendapatkan DSME sebanyak 4 sesi dalam satu bulan dan 23 orang pada kelompok kontrol mendapatkan edukasi. Instrumen yang digunakan menggunakan Kuesioner</p>	<p>Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai self management antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol secara signifikan.</p>
--	--	--	--	--

