

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tingkat kejadian penyakit diabetes melitus terus meningkat dari tahun ke tahun. Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2021, penyakit tidak menular menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia, menyumbang sekitar 71% dari total kematian. Diabetes melitus adalah salah satu penyakit yang mengalami peningkatan signifikan. WHO juga melaporkan bahwa terjadi peningkatan sebesar 8,5% dalam jumlah penderita diabetes melitus di antara populasi orang dewasa, dengan total 422 juta orang menderita diabetes melitus di seluruh dunia. Terutama, negara-negara dengan status ekonomi menengah dan rendah menghadapi masalah yang lebih besar terkait diabetes melitus. Diperkirakan terdapat sekitar 2,2 juta kematian akibat diabetes melitus di bawah usia 70 tahun. Bahkan pada tahun 2035, perkiraan menunjukkan bahwa akan ada peningkatan sebanyak 600 juta orang yang menderita diabetes melitus.

Di Indonesia, tingkat kejadian penyakit diabetes melitus juga sangat tinggi dan menempati peringkat kelima di dunia setelah India, China, dan Amerika Serikat. Prevalensi diabetes tipe 2 di Indonesia mencapai 9,1 juta orang, dan diperkirakan jumlah penderita akan meningkat 2-3 kali lipat pada tahun 2035. Jumlah orang dengan diabetes di Indonesia terus meningkat dari 10,7 juta pada tahun 2019 menjadi 19,5 juta pada tahun 2021. Hal ini menyebabkan Indonesia naik dari peringkat ketujuh menjadi peringkat kelima negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia.

Di Provinsi Jawa Tengah, prevalensi diabetes melitus menempati posisi kedua dalam kategori penyakit tidak menular dengan angka sebesar 16%, hanya di bawah hipertensi yang mencapai 66%. Data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang menunjukkan bahwa sejak awal tahun 2021 hingga saat ini, terdapat 61.950 jiwa penderita hipertensi di Kabupaten Semarang. Kecamatan Gayamsari menjadi wilayah dengan jumlah penderita terbanyak, mencapai 4.089 jiwa.

Diabetes melitus adalah kelompok penyakit yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Glukosa secara normal beredar dalam jumlah tertentu dalam darah dan diproduksi di hati dari

makanan yang dikonsumsi. Gejala khas diabetes melitus termasuk pengeluaran urine yang lebih sering (poliuria), rasa haus yang berlebihan (polidipsia), dan rasa lapar yang meningkat (polifagia) (Smeltzer & Bare, 2018).

Menurut International Diabetes Federation (IDF), sebagian besar penderita diabetes di dunia menderita diabetes tipe 2, dan jumlah penderita terus meningkat dari waktu ke waktu. Faktor risiko utama yang berperan dalam peningkatan ini adalah pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan obesitas. Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa pola makan tradisional yang beralih menjadi pola makan modern, yang mengandung lebih banyak lemak dan karbohidrat olahan, menjadi salah satu penyebab meningkatnya prevalensi diabetes tipe 2 di Indonesia. Penelitian juga menemukan bahwa obesitas, yang terkait dengan pola makan yang tidak seimbang dan rendahnya aktivitas fisik, meningkatkan risiko terkena diabetes tipe 2. Oleh karena itu, pemahaman tentang hubungan antara pola makan, obesitas, dan diabetes tipe 2 menjadi sangat penting dalam mengatasi masalah kesehatan ini.

Pada diabetes tipe 2, rasa lapar yang berlebihan atau polifagia dapat menyebabkan obesitas atau kegemukan, yang pada gilirannya meningkatkan risiko diabetes secara progresif, yang ditunjukkan oleh indeks massa tubuh (IMT). IMT adalah perbandingan berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter kuadrat. Jika $IMT \geq 27 \text{ kg/m}^2$, maka seseorang diklasifikasikan sebagai obesitas. Penderita obesitas dapat mengalami gangguan metabolisme tubuh, terutama insulin, yang berperan penting dalam memasukkan glukosa ke dalam sel. Hal ini menyebabkan diabetes melitus yang diderita semakin parah. Tujuan pengobatan diabetes melitus dengan obesitas adalah untuk mengembalikan fungsi normal proses metabolik dan organ tubuh dengan memperbaiki berat badan. Penurunan berat badan terbukti dapat meningkatkan toleransi glukosa dan menurunkan kadar gula darah puasa (Arisman, 2017).

Pola makan yang teratur, khususnya mengatur konsumsi lemak, karbohidrat, dan serat, dapat membantu mengontrol glukosa darah. Zat gizi mikro, seperti vitamin C yang ditemukan dalam makanan alami, berperan sebagai antioksidan yang dapat mengurangi resistensi insulin dan meningkatkan fungsi endotelial serta mengurangi stres oksidatif, sehingga mencegah perkembangan diabetes tipe 2. Selain itu, olahraga rutin juga sangat dianjurkan untuk masyarakat.

Diet nutrisi merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan oleh penderita diabetes melitus (Nurlina, 2018).

penulisan tentang diet nutrisi untuk penderita diabetes melitus telah dilakukan oleh Tumiwa (2021). Terapi nutrisi medis pada pasien diabetes melitus dilaporkan dapat menurunkan HbA1c (A1C) sebanyak 1% pada diabetes tipe 1 dan 1-2% pada diabetes tipe 2. Selain itu, berdasarkan meta-analisis pada individu non-diabetes, terapi nutrisi medis dapat mengurangi kolesterol LDL sebanyak 15-25 mg/dL dalam 2-4 bulan setelah dimulainya terapi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi nutrisi medis sebagai terapi non-farmakologis sangat penting untuk penderita diabetes melitus dan juga mereka yang belum terdiagnosis diabetes mellitus.

Menurut penelitian oleh Hariawan (2021), sebanyak 35,5% responden penderita diabetes melitus memenuhi nutrisi yang baik melalui pola makan sehat, sementara 65,5% mengikuti pola makan yang tidak sehat. Selain itu, dalam penelitian yang sama, 30,8% responden penderita diabetes melitus memiliki aktivitas fisik yang tinggi, sementara 64,7% memiliki aktivitas fisik yang rendah. Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 memiliki riwayat pola makan yang tidak sehat dan aktivitas fisik yang kurang, yang meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, disarankan bagi tenaga kesehatan untuk memperhatikan pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik bagi penderita diabetes melitus tipe 2.

Dalam menghadapi masalah diabetes melitus, pengetahuan yang memadai dan kesiapan dalam mengelola kondisi ini sangat penting. Tingkat kejadian diabetes tipe 2 yang terus meningkat menuntut upaya untuk meningkatkan pemahaman tentang penyakit ini. Pendidikan dan informasi yang akurat, konsultasi dengan tenaga medis, dan gaya hidup sehat menjadi langkah awal yang dapat diambil. Melalui pola makan seimbang, olahraga teratur, dan pemantauan glukosa darah yang rutin, seseorang dapat mengelola kadar gula darah dan mencegah komplikasi yang mungkin timbul. Dukungan dari keluarga dan komunitas serta pembuatan rencana manajemen kesehatan pribadi juga berperan penting dalam mempersiapkan individu untuk menghadapi diabetes melitus dengan lebih baik. Dengan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan dalam mengelola diabetes melitus, diharapkan seseorang dapat mengambil langkah proaktif dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup.

Berdasarkan data di atas penulis bermaksud untuk melakukan penulisan terkait masalah nutrisi yang dialami oleh penderita diabetes melitus agar memiliki pola diet yang baik agar dapat menurunkan kadar gula dalam darah, sehingga fokus studi dalam penulisan ini adalah “Pengelolaan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif Pada Keluarga Dengan Riwayat Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kecamatan Banyubiru tahun 2023”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada karya tulis ini adalah “Pengelolaan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif Pada Keluarga Dengan Riwayat Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kecamatan Banyubiru tahun 2023”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penulis mampu mendeskripsikan pengelolaan pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023

2. Tujuan Khusus

- a. Penulis mampu mendeskripsikan pengkajian pada pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023
- b. Penulis mampu mendeskripsikan diagnose pada pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023
- c. Penulis mampu mendeskripsikan perencanaan asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023
- d. Penulis mampu mendeskripsikan tindakan asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023
- e. Penulis mampu mendeskripsikan evaluasi keperawatan pada pasien diabetes melitus di Kecamatan Banyubiru tahun 2023

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi institusi pendidikan.

Hasil penulisan ini diharapkan dapat memberikan informasi yang penting bagi institusi pendidikan keperawatan untuk lebih mempelajari dan bergerak dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami diabetes melitus agar dapat memberikan manfaat kepada mahasiswanya.

b. Bagi pembaca

Hasil penulisan ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat dan gambaran asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami diabetes melitus dalam memperkaya wawasan ilmu keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi perawat.

Hasil penulisan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan yang berkualitas terutama dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami diabetes melitus.

b. Bagi Rumah Sakit.

Hasil penulisan ini diharapkan dapat memberikan acuan dalam melakukan tindakan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami diabetes melitus

c. Bagi klien

Hasil penulisan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga tentang asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami diabetes melitus.