

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Gula darah tinggi terjadi pada diabetes karena tubuh tidak menghasilkan cukup insulin (International Diabetes Federation, 2017). Ada dua subtype diabetes: tipe 1, yang diturunkan, dan tipe 2, yang didapat melalui pola makan. Diabetes tipe 1 disebabkan oleh infeksi virus yang menghancurkan sel penghasil insulin. Diabetes tipe ini umumnya terjadi pada anak-anak dan remaja. Dengan beberapa pengecualian, diabetes tipe 2 biasanya terjadi pada orang berusia 30 tahun atau lebih dan pada orang yang tidak tergantung pada insulin. Diabetes tipe 2 dapat menyebabkan banyak komplikasi jika diabaikan. Faktor penyebab diabetes tipe 2 adalah faktor gaya hidup yang tidak aktif dan pola makan yang tidak sehat. Orang dengan diabetes tipe 2 kelebihan berat badan, tidak aktif secara fisik, dan tidak aktif secara fisik.

Menurut WHO pada tahun 2016, penyakit ini menyumbang 70% dari semua kematian di seluruh dunia dan lebih dari setengahnya. 90-95% diabetes tipe 2 sebagian besar dapat dicegah karena disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, jumlah penderita diabetes di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan, prevalensi diabetes mencapai 6,9% pada tahun 2013 dan terus meningkat menjadi 8,5% pada tahun 2018. Ada sekitar 186.809 penderita diabetes di Jawa Barat. Kabupaten Sumedang memiliki 62.409 pasien. (RISKESDAS, 2018). Di Kecamatan Conggeang terdapat 1.636 kasus DM. (Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang).

Perawatan yang tepat diperlukan untuk menghindari komplikasi dan peningkatan kejadian diabetes. Makan dengan baik adalah salah satu cara agar diabetes dapat dikendalikan. Pasien diabetes berisiko mengalami komplikasi jika kondisinya tidak dikontrol dengan baik (Susanti dan Sulistyarini, 2013). Berikan diet yang sesuai, mengingat diet diabetes harus dilaksanakan sesuai dengan kriteria 3J (jumlah, waktu, dan jenis). Kepatuhan diet pasien DM dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dapat

mempengaruhi kepatuhan diet, seperti pendidikan, pengetahuan, kepercayaan, dan sifat kepribadian. Faktor eksternal meliputi interaksi dokter-pasien, faktor lingkungan, dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga berpengaruh kuat terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes. Ketika salah satu anggota keluarga mengalami masalah kesehatan, maka anggota lainnya berperan sangat penting untuk mengurusnya. Oleh karena itu, dukungan keluarga sangat penting bagi penderita DM untuk mematuhi diet (Rafani & Ben, 2012).

Kurangnya informasi keluarga tentang penanganan atau pengelolaan makanan bagi penderita diabetes mengurangi peran keluarga dalam mengelola anggota keluarga penderita diabetes sehingga menyebabkan pengelolaan yang kurang optimal. Persyaratan penting dari manajemen nutrisi dan diet adalah untuk mengontrol asupan kalori total tubuh dan asupan kadar lipid darah normal. Kebutuhan nutrisi dari diet diabetes meliputi kalori, karbohidrat, lemak, protein, dan serat. Kebutuhan kalori bergantung pada berat badan, jenis kelamin, usia dan aktivitas fisik untuk menentukan berapa banyak kalori dalam tubuh, dan kebutuhan karbohidrat merupakan komponen terbesar dari kebutuhan kalori tubuh, terhitung sekitar 50% sampai 60%, sedangkan protein membutuhkan kalori yang cukup. Dibutuhkan sekitar 10% sampai 20% dari kebutuhan kalori atau 0,8 g/kg/hari, dan lemak membutuhkan kurang dari 30% dari total kalori, sebaiknya dari lemak nabati dan sedikit dari lemak hewani, sedangkan serat dibutuhkan sekitar 20 sampai 35 gram perhari, atau rata-rata 25 gram per hari. (Ikbal, 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurjanah (2020) tentang “Gambaran Pengetahuan Keluarga tentang Diet Diabetes Mellitus” didapatkan hasil bahwa pengetahuan keluarga tentang diet diabetes mellitus memiliki pengetahuan yang kurang. Pengetahuan keluarga sangat penting bagi manajemen pasien diabetes mellitus. Nurjanah (2016). Selanjutnya penelitian dari Bangun (2020) tentang “Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2”. Didapatkan hasil bahwa dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam kepatuhan pasien DM terhadap program diet dan dapat mencegah terjadinya komplikasi pada pasien dengan diabetes. Bangun (2020). Serta penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fadli (2020) tentang “Gambaran Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang Modifikasi Diet Bagi

Penderita DM Tipe 2”. Didapatkan hasil menunjukkan tingkat pengetahuan keluarga dapat disimpulkan mayoritas pengetahuan keluarga baik 18 responden, sedangkan minoritas responden tingkat pengetahuan keluarga yang cukup 9 responden dan pengetahuan keluarga kurang 11 responden (Fadli,2020).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada tempat penelitian. Setelah melakukan Studi pendahuluan diperoleh informasi dari Dinas Kesehatan Kota yang menyatakan bahwa UPTD Puskesmas Kecamatan Conggeang memiliki pasien diabetes mellitus dengan jumlah 1.636 orang diseluruh Kecamatan Conggeang. Hasil wawancara peneliti kepada 5 keluarga yang memiliki penderita diabetes mellitus mengatakan bahwa kadar gula darahnya >200 mg/dl setelah dilakukan pengecekan kadar gula darah oleh tenaga kesehatan di Kecamatan Conggeang, keluarga mengatakan tidak tahu bagaimana pengendalian kadar gula darah pada pasien tersebut dan perawatan diet pada penderita. Dari permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Makanan pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Desa Conggeang”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian ini yaitu “Bagaimana pengetahuan keluarga tentang diet makanan pada penderita diabetes mellitus tipe 2?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini mengetahui gambaran pengetahuan keluarga tentang penatalaksanaan diet makanan bagi penderita diabetes mellitus tipe 2.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi demografi sampel, seperti usia, pendidikan, dan status pekerjaan.
2. Mengidentifikasi pengetahuan keluarga tentang diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi pada partisipan terkait “Gambaran Pengetahuan Keluarga tentang diet makanan pada penderita diet diabetes mellitus tipe 2”

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Manfaat penelitian bagi keluarga adalah memberikan informasi mengenai penatalaksanaan diet makanan pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

Manfaat bagi penderita dari penelitian ini yaitu memberikan informasi dengan mempelajari lebih lanjut tentang manajemen pola makan bagi penderita diabetes tipe 2 sehingga mereka dapat bersiap dan mengambil tindakan pencegahan terhadap komplikasi.

### **1.4.3 Manfaat Pengembangan**

Manfaat dari pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Diharapkan menambah pengetahuan mengenai informasi penatalaksanaan diet makanan pada penderita diabetes mellitus tipe 2.
2. Diharapkan menjadi sarana untuk mengembangkan pengetahuan dan meningkatkan kesadaran pada diri sendiri untuk menjaga pola makan yang baik dengan menjaga diet seimbang.