

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam Yulianto (2007), diabetes mellitus (DM) atau kencing manis telah menjadi masalah dunia. Prevalensi dan insiden penyakit ini meningkat secara drastis di negara-negara industri baru dan sedang berkembang termasuk Indonesia. Pada tahun 2003 terdapat sekitar 150 juta kasus diabetes di dunia dan pada tahun 2025 diperkirakan jumlahnya meningkat dua kali lipat.

Tahun 2006 di Indonesia, jumlah penderita Diabetes Mellitus mencapai 14 juta orang, dimana baru setengahnya yang sadar memiliki kadar gula yang tinggi, dan diantara jumlah tersebut baru 30 persen yang secara teratur mendapat pengobatan dokter (Anonim, 2007).

Menurut Soegondo (2006), semua orang memiliki resiko terkena diabetes. Selain gaya hidup dan kegemukan, faktor keturunan juga sangat berperan. Untuk mereka yang berada dalam kelompok resiko tinggi diperlukan tindakan pencegahan yaitu dengan mulai mengubah gaya hidup, tetapi faktor keturunan tidak dapat dicegah. Jadi jangan sampai gemuk, kurangi makanan yang berlemak dan manis, serta tingkatkan aktifitas fisik.

Menurut laporan 2006 yang dirilis oleh Asosiasi Amerika ahli endokrin Klinis (AACE) dengan hasil penelitian dari *Diabetes Control*

melakukan diet. Oleh karena itu pasien mempunyai pemahaman yang kurang tepat tentang terapi diet tersebut maka diperlukan adanya pendidikan kesehatan.

Jumlah penderita DM di dunia dan Indonesia diperkirakan akan meningkat, jumlah pasien DM di dunia dari tahun 1994 ada 110,4 juta, 1998 kurang lebih 150 juta, tahun 2000= 175,4 juta (1 ½ kali tahun 1994), tahun 2010=279,3 juta (kurang lebih 2 kali 1994) dan tahun 2020 = 300 juta atau kurang lebih 3 kali tahun 1994. Di Indonesia atas dasar prevalensi kurang lebih 1,5 % dapatlah diperkirakan jumlah penderita DM pada tahun 1994 adalah 2,5 juta, 1998= 3,5 juta, tahun 2010 = 5 juta dan 2020 = 6,5 juta .

Menurut Hartini (2005), pada diabetes kelainan pertama yang menaikkan gula darah adalah gangguan pada pankreas dan resistensi insulin. Dalam perjalannya, khususnya kalau tidak segera diobati, akan cepat timbul komplikasi pada organ-organ lain. Komplikasi selain membuat penyakit tambah berat juga menaikkan biaya hidup. Yang membuat semua terasa sukar adalah karena pengobatan itu harus dilakukan lama dan kontinu atau terus-menerus, terjadwal, dan penuh disiplin.

Dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang penyakit DM diperlukan suatu proses yang berkesinambungan dan sesuai dengan prinsip-prinsip penatalaksanaan DM.

Prinsip tersebut meliputi dukungan yang positif untuk menghindari kecemasan, pemberian informasi secara bertahap, mulai dengan hal

sederhana , penggunaan alat bantu pandang (audio visual), lakukan pendekatan dan stimulasi (Vicky, 2009)

Materi penyuluhan meliputi pengaturan diet yang ditekankan pada 3 J yaitu jenis, jadwal dan jumlah diet yang diberikan kepada pasien DM. Disamping itu materi penyuluhan difokuskan pada aktifitas fisik secara teratur dan penggunaan obat anti diabetik secara realistis. Ketiga hal ini merupakan kunci pokok keberhasilan program terapi DM (Vicky, 2009).

Menurut Badan Pengawasan Statistik Kabupaten Sukoharjo (2010), jumlah penduduk Kecamatan Kartasura pada tahun 2009 tercatat sebanyak 91.070 jiwa yang terdiri dari 44.014 penduduk laki-laki atau 48,33% dan 47.056 penduduk perempuan atau 51,67%.

Data yang tercatat di Kantor Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, dari tahun 2008 sampai November 2010 jumlah penderita diabetes mellitus meningkat 13%. Tercatat pada tahun 2008 jumlah penderita sebanyak 1069 orang, pada tahun 2009 sebanyak 1575 orang dan pada tahun ini sampai dengan bulan Desember sebanyak 1925 orang.

Menurut 5 penderita yang telah diwawancarai, mereka mengalami kenaikan gula darah setelah memakan makanan yang mereka sukai, dan diantaranya adalah makanan pantangan untuk penderita DM. Bahkan 2 diantaranya tidak mengetahui jenis makanan apa saja yang tidak boleh dikonsumsi, mereka juga mengatakan ingin mengetahui jenis makanan apa yang aman untuk dikonsumsi sehingga gula darah mereka normal dan stabil.

Pendidikan kesehatan tentang pengelolaan penyakit DM memberikan alternatif pilihan yang mungkin dapat membantu mengubah kadar glukosa darah menjadi lebih baik untuk mencegah timbulnya komplikasi pada pasien diabetes mellitus yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kartasura.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet terhadap pengetahuan & sikap penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet di Puskesmas Kartasura”.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang disusun, maka perumusan masalah yang dapat ditarik yaitu: Adakah pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet terhadap pengetahuan & sikap penderita Diabetes Mellitus dalam menjalankan diet di Puskesmas Kartasura

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet terhadap pengetahuan & sikap penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet di Puskesmas Kartasura.

and Complication Trial (DCCT) menunjukkan bahwa pengendalian DM yang baik dapat mengurangi komplikasi kronik DM antara 20-30%. Penelitian tingkat kepatuhan pasien DM terhadap pengelolaan DM, didapati 80% diantaranya menyuntik insulin dengan cara yang tidak tepat, 58% memakai dosis yang salah, 75% tidak mengikuti diet yang dianjurkan. Ketidapatuhan ini selalu menjadi hambatan untuk tercapainya usaha pengendalian DM sehingga mengakibatkan pasien memerlukan pemeriksaan atau pengobatan yang sebenarnya tidak diperlukan. (Jazilah, 2003).

Gizi dan diabetes memiliki hubungan yang erat. Rencana gizi atau perencanaan makanan yang tepat merupakan pengobatan yang penting untuk diabetes. Perencanaan makanan (*meal planning*) ini bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah senormal mungkin dan mengusahakan agar berat badan mencapai batas normal (Budiyanto 2002).

Terapi diet atau pengaturan makanan bagi penderita diabetes secara umum bertujuan menjaga dan memelihara tingkat kesehatan optimal sehingga dapat melakukan aktivitas seperti biasanya dan diet adalah awal untuk mengendalikan diabetes. Diet dengan kalori sangat rendah, pada umumnya tidak efektif untuk mencapai penurunan berat badan jangka lama, dalam hal ini perlu ditekankan bahwa tujuan diet adalah pada pengendalian glukosa dan lipid.

Banyak pasien tidak menjalankan dietnya karena mempunyai alasan kadar gula darahnya sudah mendekati normal maka tidak perlu

2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui diskripsi atau gambaran tentang pengetahuan penderita diabetes mellitus terhadap diet sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.
2. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.
3. Untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan
4. Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penderita diabetes mellitus.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan bagi puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pasien tentang diet dan menjalankan dietnya secara teratur dan benar.

2. Bagi Pasien

Diharapkan penderita diabetes mellitus dapat menjalankan dietnya dengan baik dan benar secara teratur, sehingga kadar gula darah dalam kisaran normal.

3. Bagi Penulis

- a. Menambah dan memperluas penulis tentang terapi diet pada penderita diabetes mellitus.
- b. Sebagai bahan atau dasar bagi penulis selanjutnya khususnya mengenai terapi diet pada penderita diabetes mellitus.
- c. Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman tentang faktor-faktor yang berpengaruh terhadap sikap pasien DM dalam menjalankan program terapi.
- d. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan sikap pasien dalam menjalankan program terapi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang terapi diet sudah sering dilakukan. Penelitian-penelitian yang berhubungan dengan permasalahan ini antara lain:

1. Ekowati (2005), tentang hubungan pola makan dengan kadar gula sewaktu pada klien dengan diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Blera. Desain penelitian *cross-sectional*, pola makan diketahui dengan menggunakan formulir *food recall* 24 jam, kadar gula darah diukur dengan glukotes digital secara acak/sewaktu, dilakukan 2 kali sebelum dicatat pola makannya. Hasil: responden dengan kadar GDS normal 26,7% dan tidak normal 73,3%. Responden dengan pola makan sesuai 30% dan tidak sesuai 70%. Data dianalisis dengan chi-square, dengan $\alpha=0,05$, $df=1$, dan $p=0,32$ berarti $p<0,05$

yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan yang sesuai diet dengan kadar GDS normal.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah penelitian diatas kadar gula darah diukur dengan glikotes digital secara acak/sewaktu, dilakukan 2 kali sebelum dicatat pola makannya sedangkan penelitian ini kadar gula darah yang diukur dengan glikotes adalah kadar gula darah puasa, dilakukan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan.

2. Sulistyowati (2009), tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang terapi diet terhadap pengetahuan & pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Toroh 1 Kabupaten Grobogan. Jenis penelitian *Quasi Experiment* dengan rancangan *pretest-posttest with control group*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner dengan menggunakan skala *Guttman*. Populasi pada Puskesmas Toroh 1 kabupaten Grobogan yaitu sebanyak 365 orang. Sampel penelitian sebanyak 58 responden. Analisa data menggunakan tehnik *Independent sample t-test* dan *paired t-test*. Dengan hasil tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang terapi diet terhadap pengetahuan dan pengendalian kadar gula darah pada kelompok kelompok eksperimen yang mendapatkan pendidikan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah penelitian diatas meneliti tentang pengetahuan dan pengendalian kadar gula darah, sedangkan penulis meneliti tentang sikap penderita dalam mempratekkan diet secara teratur.