

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes merupakan penyebab terpenting dari angka kematian dan kesakitan di dunia. Penyakit ini disebabkan oleh gangguan metabolisme glukosa akibat kekurangan insulin baik secara absolut maupun relatif yang menyebabkan peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia). Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang tidak dapat disembuhkan, dengan kata lain pasien akan mengidap penyakit ini seumur hidup. Oleh karena itu penyakit ini dikenal sebagai "*lifelong disease*" (Sutandi, 2012).

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan jenis diabetes yang mempunyai penderita terbanyak dan hampir 80% penderitanya berasal dari negara berkembang, salah satunya adalah Indonesia. Indonesia merupakan negara dengan penderita diabetes melitus terbanyak ke enam di dunia dengan jumlah penderita diabetes melitus mencapai 10,3 juta jiwa dan diperkirakan angka tersebut akan terus mengalami kenaikan hingga mencapai 16,7 juta jiwa pada tahun 2045 (IDF, 2017).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, Daerah Istimewa Yogyakarta menempati peringkat ketiga untuk jumlah penderita diabetes melitus terbanyak di Indonesia. Apabila diabetes melitus tidak dikelola dengan baik dan benar akan mengakibatkan terjadinya berbagai penyakit, seperti penyakit

serebro vaskular, penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah tungkai, penyakit pada mata, ginjal dan syaraf. Jika kadar glukosa darah dapat dikendalikan dengan baik, diharapkan semua penyakit tersebut dapat dicegah atau setidaknya dihambat (Fatimah, 2015).

Pengelolaan diabetes melitus untuk jangka pendek tujuannya adalah menghilangkan keluhan maupun gejala diabetes melitus dan mempertahankan rasa nyaman dan sehat. Langkah pertama yang harus dilakukan dalam pengelolaan diabetes melitus adalah edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran seperti yang tercantum dalam 4 pilar utama pengelolaan diabetes melitus. Bagi penderita diabetes melitus sangatlah penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang jenis, frekuensi dan jumlah bahan makanan (3J) yang akan dikonsumsi untuk menjaga kadar gula darah dalam tubuh. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan berbagai metode salah satunya adalah konseling gizi (PERKENI, 2015).

Konseling gizi berperan penting dalam memberikan pengaruh pada rerata kadar gula darah penderita diabetes melitus. Penderita diabetes melitus yang didedukasi dengan baik terlihat bahwa rata-rata kadar glukosa darahnya lebih rendah dibandingkan yang didedukasi kurang baik. Hal ini disebabkan oleh terjadinya perubahan perilaku kesehatan berdasarkan pengetahuan tentang gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus yang berpengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah sehingga glukosa darah dapat terkontrol (Jasmani, 2016).

Media merupakan salah satu sarana penting dalam proses konseling gizi.

Peran media sangat strategis untuk memperjelas pesan dan meningkatkan efektivitas proses konseling gizi, salah satu media yang dapat digunakan dalam konseling gizi yaitu lembar balik. Lembar balik merupakan salah satu media cetak yang sangat sederhana dan cukup efektif karena lembar balik dapat dijadikan sebagai media pembelajaran atau informasi yang secara terencana langsung disajikan pada pasien. Informasi yang disajikan dalam lembar balik diharapkan dapat memberikan pengetahuan secara mendalam untuk menangani penyakit diabetes melitus sehingga kadar gula darah tetap terkontrol (Haryono, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan diketahui di wilayah kerja Puskesmas Sleman memiliki prevalensi penderita diabetes melitus terbanyak kedua di Kabupaten Sleman. Tercatat bahwa penderita diabetes melitus di Puskesmas Sleman yakni sebanyak 1.678 penderita berdasarkan diagnosis dokter dan 1.699 penderita berdasarkan pemeriksaan darah. Penderita diabetes melitus telah diberikan penyuluhan terkait diabetes melitus yang mereka alami, tetapi belum secara optimal melakukan kontrol terhadap kadar gula darah mereka sehingga masih terdapat penderita diabetes melitus yang mengalami hiperglikemia.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengetahui Efektivitas Pemberian Konseling Gizi dengan Media Lembar Balik “PADAM” (Paham Diabetes Melitus) terhadap Pengetahuan dan Perubahan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Hiperglikemia di Puskesmas Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan penelitian ini adalah “Apakah pemberian konseling gizi dengan media lembar balik “PADAM” (Paham Diabetes Melitus) lebih efektif dibandingkan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas pemberian konseling gizi dengan menggunakan media lembar balik dibandingkan leaflet terhadap pengetahuan dan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya pengetahuan sebelum diberikan konseling gizi pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman
- b. Diketuainya kadar gula darah awal penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman
- c. Diketuainya pengetahuan setelah diberikan konseling gizi pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman
- d. Diketuainya kadar gula darah akhir dengan diberikan konseling gizi pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman

- e. Diketuainya efektivitas pemberian konseling gizi dengan media lembar balik dibandingkan leaflet terhadap pengetahuan dan perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman

D. Ruang Lingkup

Ditinjau dari segi keilmuan gizi, penelitian ini termasuk dalam bidang gizi klinik, yaitu promosi kesehatan dalam bentuk konseling gizi yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian konseling gizi dengan media lembar balik "PADAM" terhadap pengetahuan dan perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus hiperglikemia di Puskesmas Sleman.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengalaman bagi pengembangan ilmu mengenai konseling gizi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan untuk penelitian lanjutan terkait konseling gizi bagi penderita diabetes melitus.

b. Bagi Penderita

Diharapkan agar penderita semakin meningkat pengetahuannya, kemudian penelitian dapat dijadikan informasi penting kepada

penderita diabetes melitus tentang pemberian konseling gizi untuk meningkatkan pengetahuan serta mengontrol kadar gula darah.

c. Bagi Konselor Gizi Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam melaksanakan konseling pada penderita diabetes melitus.

d. Bagi Institusi Terkait

Institusi terkait yaitu Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang akan digunakan sebagai bahan referensi untuk memberikan informasi tentang inovasi media konseling dan pembelajaran dalam kegiatan promosi kesehatan terkait penatalaksanaan diet diabetes melitus.

e. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian sekaligus perbandingan terhadap penelitian dengan topik yang sama.

F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini diambil berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Beberapa penelitian sebelumnya diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Penelitian Inggar Octa Pusthika dkk (2011) yang berjudul Pengaruh Frekuensi Konseling Gizi dan Gaya Hidup Terhadap Indeks Massa Tubuh, Lingkar Pinggang, Tekanan Darah, dan Glukosa Darah Pada

Penderita Diabetes Mellitus. Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimental dengan rancangan prepost test randomized controlled group design yang menggunakan penderita DM tipe 2 sebagai subyek penelitian. Data pre dan post intervensi diolah dan dianalisis menggunakan uji T-berpasangan dan Wilcoxon sedangkan selisih pre-post antara control dan perlakuan dianalisis dengan uji T-tidak berpasangan dan Mann Whitney. Persamaan pada penelitian yakni penelitian ini dilakukan dengan memberikan konseling pada subjek penelitian yakni penderita diabetes melitus untuk mengetahui kadar glukosa darah. Perbedaan pada penelitian terdapat pada variabel penelitian, yaitu indeks massa tubuh, lingk pinggang serta tekanan darah. Hasil penelitian yang dapat disimpulkan yaitu konseling gizi dan gaya hidup lebih mempengaruhi kadar glukosa darah sewaktu dimana nilai penurunannya memiliki nilai yang paling besar (30%).

2. Penelitian Ahmad Farudin (2011) yang berjudul Perbedaan Efek Konseling Gizi Dengan Media Leaflet dan Booklet Terhadap Pengetahuan, Asupan Energi dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di RSUD DR. Moewardi Surakarta. Jenis penelitian yang dilakukan adalah eksperimen random (randomized controlled trial) dengan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol serta analisis data yang digunakan ialah uji independent t-test. Persamaan pada penelitian yakni penelitian ini dilakukan dengan memberikan konseling pada subjek penelitian yakni penderita diabetes melitus untuk mengetahui

pengetahuan dan kadar gula darah. Perbedaan pada penelitian terdapat pada variabel asupan energi penderita diabetes melitus. Hasil penelitian yang dapat disimpulkan yaitu terdapat perbedaan yang nyata selisih skor pengetahuan gizi gula darah puasa dan kadar gula darah pada kelompok konseling gizi dengan media leaflet dan booklet.

3. Penelitian Laraswati Mustika Putri dkk (2017) yang berjudul Efektivitas Konseling Gizi Menggunakan Media Booklet Dibandingkan Dengan Leaflet Pada Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Gamping II. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuasi eksperimental dengan rancangan penelitian pre dan post test control group design serta analisis data yang digunakan adalah uji Mann-Whitney dan uji Wilcoxon. Persamaan pada penelitian yakni penelitian ini dilakukan dengan memberikan konseling pada subjek penelitian. Perbedaan pada penelitian terdapat pada variabel penelitian yakni kepatuhan diet. Hasil penelitian yang dapat disimpulkan yaitu tidak ada perbedaan yang bermakna antara kepatuhan diet kelompok booklet dan leaflet setelah diberikan perlakuan karena $p=0,73$ ($p > 0,05$). Booklet dapat dimanfaatkan sebagai salah satu media dalam konseling gizi.