

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus adalah gangguan metabolisme kronis , yang ditandai oleh gangguan matabolisme dan karbohidrat yang mengganggu fungsi insulin, yang juga dapat mengganggu produksi insulin yang disebabkan oleh kurangnya responsif sel sel tubuh terhadap insulin. Berdasarkan penelitian menurut (*World Health Organization (WHO), 2016*)

Global Report on Diabetes (2016) dilaporkan Diabetes mellitus dengan 2 jenis ini mengakibatkan penderita meninggal sebelum usia 60-70 tahun (WHO, 2016). Menurut Internasional Federasi Diabetes, telah terjadi peningkatan dalam kasus diabetes mellitus di dunia 2013 hingga 2017 ada peningkatan. Di mana pada tahun 2013 ada sekitar 382 juta kasus diabetes mellitus. Pada 2015 ada peningkatan menjadi 415 juta kasus diabetes mellitus. Kemudian pada 2017 ada peningkatan dalam kasus diabetes mellitus. Kemudian pada 2017 ada peningkatan dalam kasus diabetes mellitus menjadi 425 juta kasus (IDF, 2013.2015, dan 2017).

Diabetes mellitus umumnya diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu diabetes mellitus (dm) tipe 1, yang disebabkan oleh keturunan dan diabetes mellitus (DM) tipe 2 yang disebabkan oleh gaya hidup atau

gaya hidup. Sekitar 90-95% dari total pasien diabetes adalah orang dengan diabetes mellitus tipe 2 (Syamsiyah, 2017).

Diabetes Mellitus Tipe 1 atau Diabetes Tertitus Insulin, adalah diabetes yang tergantung pada insulin, dalam diabetes tipe 1 sel-sel beta pankreas yang merupakan kondisi normal menghasilkan hormon insulin, yang kemudian dihancurkan oleh proses autoimun (Smeltzer & Bare, 2008) .

Sementara diabetes mellitus tipe 2 atau juga disebut diabetes mellitus dependen penyakit non-insulin disebabkan oleh penurunan sensitivitas terhadap insulin (resistensi insulin) atau karena penurunan jumlah pembentukan insulin. Faktor utama menyebabkan obesitas (obesitas) dan gaya hidup yang tidak sehat yang dapat diatasi dengan diet dan olahraga reguler (Damayanti, 2015)

Beban global diabetes mellitus pada tahun 2000 adalah 135 juta, di mana beban ini diperkirakan akan meningkat secara terus menerus menjadi 366 juta setelah 25 tahun (2025). Pada tahun 2025, Asia diperkirakan memiliki populasi diabetes terbesar di dunia, yaitu 82 juta orang dan angka ini akan meningkat menjadi 366 juta orang setelah 25 tahun. Dalam epidemiologis, diperkirakan bahwa pada tahun 2030 prevalensi diabetes mellitus (DM) di Indonesia mencapai 21,3 juta orang. Proporsi penyebab kematian dari DM pada kelompok usia 45-54 tahun di daerah perkotaan berada di peringkat kedua 14,7%. Daerah

pedesaan, DM menampung peringkat ke-6, yaitu 5,8% menurut WHO (Merceri, 2006)

yang menyadari diri mereka sebagai penderita diabetes dan di antara mereka sekitar 30% yang datang ke perawatan rutin. Hal ini disebabkan kurangnya kesadaran publik untuk melakukan pemeriksaan gula darah dari usia muda (mengkhawatirkan, 2008).

Berdasarkan hasil prevalensi nasional Riskesda 2007 diabetes mellitus di wilayah Urban Indonesia untuk usia 15,7% (1,5% terdiri dari pasien diabetes yang sebelumnya didiagnosis, 4,2% hanya dikenal dengan diabetes selama penelitian). Tingkat kematian tertinggi diabetes mellitus pada kelompok umur 45-54 tahun di daerah perkotaan sebesar 14,7% sedangkan di daerah pedesaan 5,8% (Alisa Manganti, 2012). Jumlah pasien diabetes mellitus rawat inap dan rawat jalan di rumah sakit di seluruh Indonesia memberi peringkat pertama dari semua penyakit endokrin (Departemen Kesehatan, 2005).

Untuk Prevalensi Timur Kalimantan, Samarinda sendiri. Berdasarkan survei awal data di RSUD. ABDUL WAHAB Syahrani Penderita Diabetes Mellitus telah meningkat dari 2010 sebanyak 2.103 orang, pada tahun 2011 sebanyak 3.641 orang dan pada 2012 ada 5.442 orang, peningkatan jumlah dari 2009 hingga 2011 dan akan meningkatkan level berkelanjutan pada 2025 yang akan datang.

Bagi individu yang ingin diri mereka memiliki peraturan diri yang lebih sehat adalah obat yang paling cocok untuk setiap peraturan diri

individu adalah upaya bisnis yang dilakukan oleh individu secara sistematis dengan berpikir, merasakan dan mengambil tindakan untuk mencapai tujuan.

Orang dengan diabetes mellitus cenderung mengalami hiperglikemi yang akan menyebabkan komplikasi. Komplikasi diabetes mellitus diklasifikasikan sebagai mikrovaskular dan makrovaskular. Komplikasi termasuk dalam komplikasi mikrovaskular, yaitu termasuk mata (retinopati), ginjal (nefropati), dan kulit (dermopati). Sementara komplikasi yang termasuk dalam komplikasi makrovaskular termasuk penyakit jantung, infark miokard, stroke, hipertensi, neuropati, dan penyakit vaskular (Lewis et al., 2011).

Administrasi Diet Pada Diabetes Mellitus Tipe 2 dicari untuk memenuhi kebutuhan penderita diabetes mellitus, sehingga diet diabetes mellitus harus mengikuti cara alternatif untuk direkomendasikan yaitu 3J (jumlah, jadwal, dan tipe) (Susanti, Sulistyarini, & Kediri, 2013).

Hambatan utama dalam penanganan diet DM adalah saturasi yang dirasakan oleh penderita diabetes mellitus dalam berpartisipasi dalam terapi diet (Hestiana, 2017).

Hal ini membuat implementasi diet adalah kebiasaan yang paling sulit diubah dan tingkat kepatuhan terendah dalam pengelolaan seseorang dengan diabetes mellitus. Menurut, (Uchena, Ijeoma,

Pauline, & Sylvester, 2010). Kepatuhan diet adalah masalah besar yang terjadi pada Diabetes Mellitus tipe 2 (Ayele et al., 2018).

Perubahan perilaku diet bagi penderita diabetes mellitus diperkirakan akan membuat perubahan pada diet mereka dan tidak teratur menjadi diet yang direncanakan (Sintowati, 2013).

Meskipun penderita telah memperoleh pendidikan tentang perencanaan makan, lebih dari 50% pasien tidak mematuhi mereka. Ini dikenal karena kurangnya variasi pangan dan dukungan keluarga untuk diet yang disediakan, jadi sebagian besar jenis diabetes mellitus tipe 2 mengalami bosan dalam mengimplementasikan program diet (WASPADJI, 2007 di Feriana & Supratman, 2016).

Penderita Diabetes Mellitus yang sering mengonsumsi makanan dengan indeks glikemik tinggi, akan berdampak hiperglikemik hingga komplikasi seperti serangan jantung, gagal ginjal, ketoasidosis hingga stroke (Almastier, 2009).

Pada tahun 2017 dilakukan penelitian tentang pangan, bahwa indeks glikemik yang tinggi dapat berpengaruh terhadap kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II. (Astuti dan Maulani, 2017).

Sering mengonsumsi beras putih banyak dihubungkan dengan peningkatan diabetes mellitus, sehingga harus dilakukan upaya pencegahan dengan mengganti beras putih dengan beras merah. Pada beras merah mengandung mineral dan magnesium yang tinggi sehingga dapat berperan penting. Pada beras merah memiliki indeks

sehingga dapat mencegah dan menurunkan respon glukosa postprandial pasien DM tipe 2 (Nuryani,2013).

Dalam penelitian *Literature review* dengan gambaran konsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penyakit diabetes sangat membutuhkan terapi perbaikan pola diet dan memperbaiki kualitas kehidupan menjadi lebih baik lagi dengan perlahan merubah pola kehidupan yang tidak sehat menjadi kehidupan kesehatan yang baik dan mencapai kualitas kehidupan yang diinginkan, dan memperbaiki glukosa dalam darah bagi penderita Diabetes.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di sampaikan atau di kemukakan diatas maka masalah dalam penelitian ini adalah **”bagaimana perubahan gula darah setelah mengonsumsi beras merah terhadap penderita Diabetes Milletus tipe 2”?**

C. Tujuan Penelitian

literature review ini bertujuan untuk memberikan informasi terkait tentang **”bagaimana perubahan setelah konsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penderita Diabetes Milletus tipe 2”** , yang di harapkan hasilnya dapat membuat perubahan tentang penyakit Diabetes Milletus tipe 2 ini?”

a. Tujuan Umum :

Untuk mengetahui gambaran konsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe II.

D. Manfaat Penelitian

Bagi peneliti :

1. Bagi responden :

Agar responden dapat mengetahui tentang pentingnya diet rendah gula dan motivasi berubah dalam perilaku hidup tidak sehat di kehidupan sehari-hari.

2. Bagi peneliti :

Bagi peneliti , penelitian ini dapat memperoleh atau dapat dijadikan sebagai pengalaman dan pembelajaran berharga untuk mengatur pola kebutuhan makanan dan kepatuhan terhadap diet rendah gula pada penderita Diabetes Melitus tipe II.

3. Bagi peneliti lain :

Diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti lainnya, sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya.

4. bagi pendidikan :

melalui penelitian kasus ini, di bidang pendidikan dapat di manfaatkan untuk memberikan suatu pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar di bidang profesi keperawatan , dan dapat di jadikan referensi di sebuah perpustakaan.

5. bagi masyarakat :

Dapat memberikan informasi mengenai pentingnya diet rendah gula bagi kesehatan dan mencapai kualitas kehidupan serta kesehatan yang di inginkan.