

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan angka harapan hidup di negara berkembang dari tahun ke tahun dapat membuat perubahan gaya hidup manusia menjadi tidak sehat. Gaya hidup yang sudah berubah dengan perubahan pola diet tinggi garam, lemak, dan gula dapat mengakibatkan masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan secara berlebihan, dan juga makanan cepat saji yang saat ini digemari. Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang berlemak dan makanan cepat saji dapat mengakibatkan peningkatan kadar gula darah yang biasa terjadi pada penderita diabetes melitus (Andriani, Nurdin, & Fitria, 2024).

Di era yang serba canggih ini mengakibatkan semua orang menjadi bermalasan untuk bergerak sehingga mengakibatkan penurunan aktivitas fisik. Tubuh manusia rentan terhadap sejumlah elemen risiko termasuk obesitas, peningkatan tekanan darah dan penyakit komplikasi lainnya. Pada orang yang gemuk lebih rentan terhadap penyakit dan sindrom lainnya. Obesitas adalah kondisi medis Ketika tubuh memiliki penumpukan lemak yang berlebihan. Obesitas dapat menyebabkan berbagai masalah Kesehatan serius seperti diabetes, penyakit jantung, dan tekanan darah tinggi (Suiraoaka & Nursanyoto, 2022).

Diabetes Mellitus (DM) atau pada masyarakat biasanya lebih sering dikenal penyakit kencing manis atau penyakit gula. Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis ditandai dengan tingginya kadar glukosa darah yang terjadi akibat tubuh tidak bisa menggunakan insulin yang diproduksi secara

efektif (WHO,2019). Menurut International Diabetes Federation (IDF) (2019) Diabetes Mellitus (DM) adalah suatu kondisi kronik serius yang terjadi ketika ada peningkatan kadar glukosa di dalam darah karena tubuh tidak dapat menghasilkan cukup hormone insulin atau tidak efektif menggunakan insulin yang dihasilkan (Sofia, Yuziani, Fitria, & Atika, 2023).

International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan 537 juta orang berusia 20-79 tahun di seluruh dunia mengidap diabetes pada tahun 2021, yang setara dengan angka prevalensi 10,5 % dari total penduduk pada usia yang sama. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat dengan bertambahnya umur penduduk menjadi 44,7 % atau 239,7 juta orang pada umur 20-79 tahun. Indonesia menduduki peringkat ke-5 diantara 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak, yaitu sebesar 19,46 juta. Angka itu meningkat menjadi 81,8 % dibandingkan pada tahun 2019 (International Diabetes Federation, 2020)

Menurut International Diabetes Federation (2021) disebutkan bahwa di Indonesia, diperkirakan populasi diabetes dewasa yang berusia antara 20-79 tahun adalah sebanyak 19.465.100 orang. Sementara itu, total populasi dewasa berusia 20-79 tahun adalah 179.720.500, sehingga bila dihitung dari kedua angka ini maka diketahui prevalensi diabetes pada usia antara 20-79 tahun adalah 10,6%. Dengan kata lain, kalau dihitung pada kelompok usia 20-79 tahun ini berarti 1 dari 9 orang dengan diabetes. Beban biaya kesehatan per tahun bagi penyandang diabetes yang berusia antara 20-79 tahun di Indonesia adalah sebesar 323,8 USD. Bila dibandingkan dengan negara lain, biaya yang didedikasikan untuk perawatan diabetes di Indonesia ini jauh lebih kecil. Kita ambil contoh, misalnya negara yang dekat dengan Indonesia, Australia, biaya

yang digunakan untuk pelayanan diabetes adalah 5.944 USD per orang, sementara Brunei Darusalam menggunakan dana 901,3 USD per orang. Angka kematian terkait diabetes pada usia 20-79 tahun di Indonesia diperkirakan sebesar 236,711. Sementara itu, proporsi pasien diabetes pada kelompok usia 20-79 tahun yang tidak terdiagnosis adalah 73,7%.

Prevalensi penderita Diabetes Mellitus (DM) di Jawa Timur tahun 2023 sebesar 854.454 dari penduduk usia 15 tahun keatas. Pelayanan kesehatan penderita diabetes mellitus di FKTP 38 Kabupaten/Kota se-Jawaa Timur sudah mencapai 859.187 kasus (100,6%) dari estimasi penderita DM yang ada (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2023).

Menurut Profil Kesehatan Ponorogo, penderita diabetes mellitus di Ponorogo tahun 2022 sejumlah 15.773 orang, jumlah ini meningkat dibandingkan dengan tahun 2021 yaitu sejumlah 15.513 orang (Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo). Kemudian pada tahun 2022 kasus diabetes melitus di Kabupaten Ponorogo sebesar 88% menempati posisi keenam dari kategori kasus terendah dari seluruh kabupaten/kota di Provinsi Jawa Timur (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2022). Sedangkan untuk wilayah Kecamatan Jetis sendiri terdapat 579 kasus diabetes mellitus (Dinkes Ponorogo, 2022)

Obesitas merupakan faktor penyebab terjadinya DM. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa pada tahun 2023, angka kasus obesitas mencapai 15,3 persen. Angka ini meningkat dari data tahun 2018 yang sebelumnya mencatat sekitar 21,8 persen. Menurut Public Health England menunjukkan bahwa sekitar 90% orang dewasa dengan Diabetes Melitus tipe 2 mengalami masalah kelebihan berat badan atau obesitas.

Dalam penelitian (Amalia, Mokodompis, & Ismail, 2022) obesitas menjadi faktor utama untuk diabetes tipe 2 dan komplikasinya. Baik pria maupun wanita dalam kategori kelebihan berat badan ($25 \leq \text{BMI} \leq 29,99$) berada pada peningkatan risiko komplikasi diabetes, dengan risiko masing-masing 30% dan 10% lebih besar. Pada $30 \leq \text{BMI} \leq 39,99$ kedua jenis kelamin berada pada risiko diabetes 100% lebih besar daripada orang dengan indeks massa tubuh yang normal. Indeks massa tubuh ≥ 40 meningkatkan kemungkinan komplikasi sebanyak 150% untuk wanita dan 180% untuk pria. Hasil ini menunjukkan hubungan yang lebih kuat antara indeks massa tubuh dan diabetes mellitus. Obesitas dapat mengakibatkan resistensi insulin. Pada jaringan lemak juga merupakan suatu jaringan "endoktrin" aktif yang dapat berhubungan dengan hati dan otot (dua jaringan sasaran insulin) melalui pelepasan zat perantara yang nantinya mempengaruhi kerja insulin dan tingginya penumpukan jaringan lemak tersebut dapat berakhir dengan timbulnya resistensi insulin.

Resistensi insulin yang terjadi pada kelompok penderita obesitas kemudian mengakibatkan penurunan kerja insulin pada jaringan sasaran sehingga menyebabkan kadar gula dalam darah sulit untuk diangkut ke dalam sel. Menurut Clare & Crawford (dalam Boku, et al., 2019) Keadaan ini berakhir pada peningkatan kadar gula dalam darah. Dalam penelitiannya Boku, juga mengatakan bahwa, Obesitas mengakibatkan sel-sel beta pankreas mengalami hipertopi pankreas. Hal ini disebabkan karena adanya peningkatan beban metabolisme glukosa pada penderita obesitas untuk mencukupi kebutuhan energi sel yang terlalu banyak.

Diabetes Mellitus Tipe II sangat erat kaitannya dengan obesitas. Pada penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan obesitas mempunyai kadar lemak yang tinggi, terutama pada daerah perut, hal ini diketahui dapat menyebabkan tubuh menjadi resisten terhadap efek insulin. Timbunan lemak pada penderita obesitas dapat mengakibatkan resistensi insulin yang berpengaruh terhadap kadar gula darah penderita Diabetes Mellitus (Esfandiari, Anggreini, & Nur, 2020).

Obesitas ditandai dengan keadaan tubuh seseorang yang memiliki lemak berlebihan atau tingginya kadar lemak didalam tubuh seseorang. Penyebabnya adalah peningkatan pengonsumsian makanan yang terlalu berlemak, terlalu banyak makanan yang berkarbohidrat, serta kalori yang masuk ke dalam tubuh tidak seimbang dengan kalori yang dikeluarkan. Hal ini akan menimbulkan ketidakseimbangan gizi yang dapat menyebabkan penyakit degeneratif seperti Diabetes Mellitus.

Penderita Diabetes Mellitus yang memiliki IMT dengan kategori obesitas dan memiliki kadar gula darah tidak terkontrol dapat memicu terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus. Pada orang yang gemuk terdapat kalori yang berlebihan, karena konsumsi makanan yang banyak, menyebabkan penimbunan jaringan lemak di bawah kulit. Insulin resistance atau resistensi insulin akan timbul, dimana jaringan lemak yang menumpuk akan menghambat kerja insulin di jaringan tubuh dan otot sehingga gula tidak dapat diangkut ke dalam sel dan menimbun di dalam pembuluh darah. Didapati pula gangguan pemecahan lemak atau liposis, serta keadaan dimana otot bergaris tidak dapat memakai asam lemak (fatty acid) yang beredar, maka terjadilah penumpukan lemak dan resistensi insulin yang akan menyebabkan penyakit jantung, stroke, dan gangguan

pembuluh darah lainnya. Resistensi insulin juga berdampak ke sindrome metabolik yang dapat menyebabkan atau menimbulkan manifestasi klinis berupa hipertensi, hiperglikemia, hipertrigliseridemia dan sebagainya. (Yusnita, 2021)

Penanganan DM yang optimal pada masa seperti ini ditentukan melalui manajemen faktor yang dapat dimodifikasi terutama melakukan pola hidup sehat yaitu mencakup upaya untuk mencapai dan mempertahankan status gizi normal untuk mencegah obesitas, menerapkan pola makan dengan prinsip gizi seimbang, serta melakukan aktivitas fisik dengan berolahraga secara rutin sesuai dengan usia. Kepatuhan penderita DM dalam menerapkan pola hidup sehat dipengaruhi oleh pendidikan dan pengetahuan serta adanya dukungan keluarga (Ardiani & Permatasari, 2021).

Pada klien diabetes yang disertai obesitas, mengontrol gula darah harus bersamaan dengan upaya penurunan berat badan untuk mengurangi risiko komplikasi pada pembuluh darah. Beberapa obat diabetes juga dapat menaikkan berat badan dan justru menambah resistensi insulin. Menurunkan berat badan merupakan keharusan bagi setiap penderita diabetes tipe 2 yang mengalami obesitas. Bukan hanya dengan diet, tetapi juga dengan berolahraga, mengubah gaya hidup serta menggunakan obat-obatan jika diperlukan (Yusnita, 2021).

Solusi untuk mengatasi masalah yang terjadi adalah dengan cara edukasi berat badan efektif seperti memberikan jadwal pendidikan kesehatan disertai dengan edukasi mengenai cara mengelola berat badan secara efektif. Selain itu juga bisa dilakukan dengan cara manajemen berat badan seperti menghitung berat badan ideal pasien disertai dengan melakukan pencatatan asupan makan, aktivitas fisik, dan juga perubahan berat badan.

Dalam penelitian (Ratna Amalia, 2024) menunjukkan bahwa cara menurunkan berat badan yaitu dengan diet. Salah satu metodenya yaitu dengan menjalankan puasa intermiten. Puasa intermiten melibatkan makan harian yang dibatasi waktu (seperti puasa 16-24 jam) atau puasa sehari penuh pada 2 hingga 4 hari (atau lebih) per minggu. Hasil penelitian menunjukkan puasa intermiten dapat menurunkan berat badan dan menurunkan kadar insulin dan lipid dalam tubuh, namun tidak terjadi perubahan massa otot. Beberapa efek samping diet puasa masih dalam batas aman. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah puasa intermiten bermanfaat dalam penurunan berat badan dan perubahan metabolisme, terutama dalam menurunkan kadar insulin dan lipid dalam tubuh.

Berdasarkan kenyataan bahwa tingginya angka kejadian penyakit Diabetes Mellitus di masyarakat yang semakin mengancam, maka penulis tertarik untuk menyusun proposal dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Klien Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Obesitas Di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo".

1.2 Batasan Masalah

Karya ilmiah ini hanya membatasi permasalahan dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Masalah Obesitas Di Wilayah Puskesmas Jetis”

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Pada Klien Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Obesitas Di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo ?

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari studi kasus ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus dengan Obesitas di wilayah kerja Puskesmas Jetis Ponorogo.

1.4.2 Tujuan Khusus :

- a) Melakukan dan menganalisis pengkajian keperawatan pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan masalah keperawatan obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Ponorogo
- b) Merumuskan dan menganalisis diagnosa keperawatan pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan masalah keperawatan obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Ponorogo
- c) Menyusun dan menganalisis perencanaan intervensi pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan masalah keperawatan obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Ponorogo
- d) Melaksanakan dan menganalisis tindakan keperawatan pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan masalah keperawatan obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Ponorogo
- e) Melakukan evaluasi keperawatan pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan masalah keperawatan obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Ponorogo

1.5 Manfaat Penulisan

1.5.1 Manfaat Teoritis :

Asuhan keperawatan ini dapat digunakan untuk perkembangan ilmu pengetahuan tentang perawatan pasien diabetes melitus dengan obesitas dengan edukasi penurunan berat badan serta pengaturan pola makan.

1.5.2 Manfaat Praktis :

a. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Manfaat bagi pasien adalah mendapatkan asuhan keperawatan yang efektif, dan efisien sesuai dengan standart asuhan keperawatan serta diharapkan mendapatkan peningkatan dalam hal pengetahuan, dan perilaku dalam menghadapi masalah keperawatan Diabetes Melitus dengan Obesitas sehingga tidak akan berdampak pada komplikasi Diabetes Melitus. Sedangkan bagi keluarga memberikan pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan masalah keperawatan Obesitas agar lebih mengetahui dan memahami tentang perawatan bagi keluarga yang menderita Diabetes Mellitus.

b. Bagi Perawat

Bahan riset dan penelitian dalam pengembangan pemberian standar asuhan keperawatan pasien diabetes melitus dengan perfusi perifer tidak efektif yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi serta evaluasi. Pedoman dalam pemberian asuhan keperawatan pasien diabetes melitus dengan perfusi perifer tidak efektif.

c. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan yang positif dalam memberikan intervensi keperawatan untuk klien Diabetes Melitus supaya dapat membuat program edukasi Obesitas yang sesuai dengan kebutuhan klien Diabetes Mellitus yang baru dan sudah lama terdiagnosa serta dapat memberikan suatu pemikiran dalam menanggulangi penyakit Diabetes Mellitus dengan obesitas sebagai bentuk tindakan yang dapat dilakukan secara mandiri dengan memperhatikan sisi positif dari asuhan keperawatan.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan referensi dan menjadi bahan masukan dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus dengan Obesitas

e. Bagi Peneliti

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan dan keterampilan peneliti tentang teori dan, aplikasi asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus dengan Obesitas