

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia yang semakin bertambah mengakibatkan fisik seseorang akan mengalami perubahan, termasuk masalah kesehatan. Menurut Nugroho (2012), proses penuaan seseorang juga dapat menimbulkan masalah, baik secara fisik, mental, biologis maupun sosial ekonomi. Permasalahan yang timbul pada lansia dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup, seperti penurunan kapasitas mental, depresi, kepikunan, maupun berubahnya peran sosial. Kualitas hidup lansia dapat dipengaruhi juga karena adanya penyakit kronis yang telah bertahun-tahun diderita. Penyakit kronis yang diderita selama bertahun-tahun dapat menyebabkan komplikasi apabila tidak ditangani secara tepat. Penyakit tidak menular (PTM) yang banyak diderita oleh lansia salah satunya adalah diabetes. Berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2013 diabetes menempati urutan kelima penyakit tidak menular yang banyak diderita lansia.

Diabetes mellitus tipe 2 merupakan tipe Diabetes yang sering ditemukan di dunia. Pada orang dewasa, Diabetes tipe 2 di dunia sebesar 90-95% kasus dari pada tipe diabetes yang lain seperti diabetes mellitus tipe 1 dan gestasional. Di antara 29,1 miliar penderita penyakit diabetes di Amerika Serikat, 8,1 miliar penderita tidak menyadari bahwa mereka memiliki penyakit Diabetes ini. Pada usia 20 tahun keatas, lebih dari 10 orang menderita komplikasi akibat diabetes sedangkan pada usia 65 tahun ke-atas, kasus DM tipe 2 ini meningkat 1-4 kali lipat (IDF, 2013). Hasil Susenas tahun 2014, jumlah lansia di Indonesia mencapai

20,24 juta jiwa. Angka kesakitan lansia tahun 2014 sebesar 25,05% (Data Statistik Lansia 2014). Indonesia merupakan negara yang menduduki urutan ketujuh dengan penderita DM sebanyak 7,6 juta jiwa dan diperkirakan akan terus meningkat enam persen setiap tahunnya (Rachmaningtyas, 2013). Hasil survei dari Dinas Kesehatan Kota Pamekasan tahun 2012 terdapat jumlah penderita Diabetes Mellitus usia 50-70 tahun terdapat sejumlah 2147 orang, sedangkan jumlah lansia di Puskesmas Pademawu sejumlah 3461 lansia sehat maupun yang sakit, sedangkan lansia yang menderita penyakit DM di wilayah kerja puskesmas Pademawu sejumlah 214 lansia. Berdasarkan data dari studi pendahuluan Januari 2019 didapatkan 5 dari 10 lansia di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan yang mengalami Diabetes Mellitus.

Lansia yang telah mengalami penyakit Diabetes Melitus kebanyakan memiliki kualitas hidup kurang baik, ini disebabkan karena Diabetes Melitus merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang. Keparahan Diabetes terjadi karena proses metabolisme karbohidrat, yaitu resistensi insulin yang menyebabkan glukosa tidak dapat diserap dengan baik oleh sel. Akibatnya terjadi peningkatan kadar gula darah. Peningkatan kadar gula darah pada lansia penderita Diabetes secara terus menerus dapat berpengaruh buruk bagi tubuh dan menyebabkan komplikasi (De Fronzo, 2015). Dampak yang dapat terjadi pada penderita Diabetes terbagi menjadi 2 antara lain, jangka pendek yang terdiri dari infeksi (radang paru-paru atau luka pada kaki), hipoglikemia, hiperglikemi, dan jangka panjang terjadi pada mata, kulit, tulang, kaki, jantung, ginjal (Fitriana. 2016). Kurangnya aktivitas fisik pada lansia merupakan faktor yang cukup besar untuk seseorang mengalami kegemukan dan melemahkan kerja

organ-organ vital seperti jantung, liver, ginjal dan juga pancreas. Dengan demikian kurangnya aktivitas fisik dapat memicu terjadinya penyakit Diabetes Melitus (Fitriana. 2016).

Dalam mengelola diabetes mellitus langkah pertama yang harus dilakukan adalah pengelolaan non farmakologis, berupa perencanaan makanan dan kegiatan jasmani. Perencanaan makan bagi penderita diabetes mellitus pada dasarnya tidaklah sesulit yang sering dipikirkan atau yang dibayangkan orang. Walaupun seorang penderita diabetes mellitus ingin makan di restaurant atau makan di jamuan pesta, sama sekali tidak ada yang menjadi halangan, asalkan mengerti atau memahami cara-cara mengonsumsi makanan. Yang dibutuhkan hanyalah kedisiplinan mengikuti langkah-langkah pengelolaan diabetes. Empat langkah pengelolaan diabetes yang disepakati para ahli adalah edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani, dan intervensi farmakologis. Dalam edukasi atau penyuluhan, yang perlu diperhatikan adalah pengidap diabetes harus memahami penyakitnya, sehingga tahu pula cara yang tepat mengatasi diabetes. Langkah berikutnya adalah pengaturan makan. Istilah pengaturan makan digunakan untuk menggantikan istilah diet yang terkesan memberatkan (Fox, 2011). Pencegahan peningkatan prevalensi diabetes melitus juga dapat dilakukan dengan pengaturan diet karena mampu mencegah kenaikan kadar glukosa darah dan menurunkan kadar glukosa darah. Makanan yang disarankan dalam pengaturan diet tersebut adalah makanan dengan indeks glikemik (IG) rendah, tinggi likopen dan magnesium (Mg). Bahan makanan yang memiliki IG rendah, memiliki kandungan likopen dan Mg yang tinggi adalah tomat (Riskesdas) 2013. Kandungan likopen pada tomat yang telah melalui proses pemanasan akan lebih banyak dan lebih

mudah diserap tubuh dibandingkan dengan tomat segar. Kandungan likopen dalam 100g tomat yang dibuat jus sebesar 12,8 mg sedangkan pada 100 g tomat segar sebanyak 5,8 mg (Maulida 2010). Berpengaruhnya intervensi cara kerja buah tomat dalam menurunkan kadar gula darah yaitu kandungan *likopen* yang ada dalam tomat, kandungan likopen pada tomat akan lebih mudah diserap tubuh jika diproses menjadi olahan seperti jus. Likopen dapat menurunkan glukosa darah dengan cara menurunkan resistensi hormon insulin, sehingga toleransi sel terhadap glukosa meningkat dan kelebihan kadar gula darah dapat ditanggulangi (Astuti, 2012). Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Fery (2016) pengaruh jus tomat terhadap kadar gula darah lansia hiperglikemi di masyarakat, menunjukkan adanya perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah pemberian jus tomat didapatkan hasil 183,3 mg/dL dari 252,8 mg/dL.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk meneliti pemberian jus tomat terhadap menurunkan kadar gula pada lansia Diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian masalah diatas dirumuskan masalah penelitian :

Bagaimana Pemberian Jus Tomat Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pemberian Jus Tomat Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kadar gula darah sebelum pemberian jus tomat pada Lansia diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.
2. Mengidentifikasi respon saat pemberian jus tomat pada Lansia diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.
3. Mengidentifikasi kadar gula darah setelah pemberian jus tomat pada Lansia Diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan khususnya dalam bidang kepustakaan yang terkait Pemberian Jus Tomat Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia

Sebagai pembelajaran untuk Lansia Diabetes agar mengkonsumsi jus tomat untuk menurunkan kadar gula.

2. Bagi Perawat

Menambah kajian baru dalam hal Pemberian Jus Tomat Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes di Desa Laden Kecamatan Pamekasan Kabupaten Pamekasan.

3. Bagi Institusi

Dengan terlaksananya penelitian ini diharapkan dapat menjadi *referensi* dan bahan bacaan di perpustakaan fakultas ilmu kesehatan.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai sumber referensi peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang pemberian jus tomat pada Lansia Diabetes.