

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus tipe 2 (T2DM) adalah penyakit kronis tidak menular yang telah menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi tinggi, menyumbang sekitar 90% dari semua kasus diabetes (IDF, 2021). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (Laporan Global tentang Diabetes, 2023), T2DM disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memanfaatkan insulin atau produksi insulin yang terganggu oleh pankreas. Secara global, jumlah orang dewasa dengan diabetes mencapai 537 juta pada tahun 2021, dengan perkiraan peningkatan menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021).

Di Indonesia, prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis medis mencapai 2,2% menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, meningkat dari 1,5% pada Riskesdas 2018 (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2023), dengan sekitar 19,5 juta penderita, menempatkan Indonesia di peringkat kelima dunia (IDF, 2021). Peningkatan ini terkait dengan pola gaya hidup seperti konsumsi makanan berkalori tinggi namun rendah serat, kurangnya aktivitas fisik, dan rendahnya kesadaran masyarakat (Barus *et al.*, 2020; PERKENI, 2021). Di Jawa Barat, prevalensi diabetes mencapai 1,74%, dengan Kota Tasikmalaya memiliki jumlah pasien terbanyak, terutama di Pusat Kesehatan Masyarakat Tamansari, yang menangani 41,07% kasus namun dengan tingkat pengobatan yang rendah (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2022–2024).

Pengelolaan DMT2 menekankan Terapi Gizi Medis dengan prinsip 3J (jumlah, jenis, jadwal) sesuai dengan kebutuhan individu (PERKENI, 2021), namun kepatuhan diet di Pusat Kesehatan Masyarakat Tamansari masih rendah (48,8%) meskipun pengetahuan pasien cukup baik (Fauziyyah & Nur, 2025). Salah satu yang menjadi faktor utamanya adalah kurangnya materi pendidikan gizi yang praktis dan menarik, sehingga sulit untuk menerapkan diet (Barus *et al.*, 2020; Dewi, 2022). Penggunaan makanan lokal seperti tempe, kacang-kacangan, dan Bengkuang, yang memiliki indeks glikemik rendah dan kaya

serat, dapat membantu mengontrol gula darah dan sesuai dengan budaya makanan lokal (Wijayanti *et al.*, 2020; Aliyandi *et al.*, 2025; ADA, 2024).

Studi awal di Pusat Kesehatan Masyarakat Tamansari pada November 2025 oleh Ahli gizi Ibu Yuyu Sri Mulyati menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berusia di atas 30 tahun, dengan 827 target DMT2 dari Januari hingga September 2025, 414 menerima pengobatan, dan 20 menjalani pemeriksaan rutin. Sumber daya pendidikan gizi belum diperbarui dan tidak mencakup resep lokal, sehingga diperlukan pengembangan media seperti buku resep berbasis makanan lokal untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan diet TGM.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Astri Endang di Puskesmas Indihiang telah menghasilkan *prototipe* Buku saku standar diet Diabetes Melitus Tipe 2 dan dinyatakan layak sebagai media edukasi. Namun, produk tersebut masih memiliki sejumlah keterbatasan, terutama karena belum memanfaatkan bahan pangan lokal secara optimal dan belum disesuaikan dengan konteks budaya konsumsi masyarakat Tasikmalaya. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya kebutuhan akan pengembangan media edukasi yang lebih aplikatif, kontekstual, dan relevan bagi penderita DMT2 di wilayah setempat.

Pemilihan media *booklet* sebagai media edukasi didasarkan pada efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan pasien diabetes. Penelitian Romadoni (2024) membuktikan bahwa pemberian *booklet* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang syok hipoglikemia ($p = 0,000$). *Booklet* sebagai media visual memadukan teks dan gambar, mudah dipahami, dapat dipelajari secara mandiri, serta mampu memuat informasi yang lebih lengkap dibanding media cetak lainnya, sehingga dinilai tepat digunakan sebagai media edukasi bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dalam mengembangkan buku resep makanan yang lebih praktis dan kontekstual berdasarkan bahan pangan lokal. Media ini dirancang sebagai perbaikan dari penelitian sebelumnya agar dapat memenuhi kebutuhan masyarakat di Pusat Kesehatan

Masyarakat Tamansari, yang belum memiliki media pendidikan gizi yang terkini, menarik, dan sesuai dengan budaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah:

"Bagaimana merancang *prototipe Booklet* resep makanan berbasis pangan lokal sebagai Media Edukasi Gizi bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memahami perancangan *Booklet* resep makanan berbasis pangan lokal menurut panduan diet pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Tamansari.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi kebutuhan serta materi yang relevan sebagai dasar penyusunan *prototipe Booklet* resep makanan berbasis pangan lokal.
- b) Melakukan uji kelayakan *Prototipe Booklet* pada Ahli materi, Ahli media dan Ahli bahasa.
- c) Mengetahui gambaran Hasil Uji Coba perancangan *Prototipe Booklet* pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman dalam perancangan *Booklet* resep makanan berbasis pangan lokal berdasarkan standar diet untuk mendukung pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2.

2. Bagi Institusi

Menyediakan alat bantu edukasi yang praktis dan berbasis ilmiah untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan di puskesmas Tamansari.

3. Bagi Penderita

Memberikan panduan sederhana yang membantu penderita Diabetes Melitus tipe 2 mengelola asupan makanan berbasis pangan lokal sesuai standar diet untuk mendukung pengendalian penyakitnya.