

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit kronis yang berkembang secara bertahap dan cenderung memburuk seiring waktu disebut sebagai penyakit degeneratif. Ada perubahan pada jaringan atau organ tubuh yang menyebabkan penurunan fungsi. Penyakit degeneratif biasanya memiliki gejala yang berkembang lambat dan dapat mempengaruhi berbagai sistem organ, seperti sistem kardiovaskular, saraf, tulang, atau otot. Faktor genetik, lingkungan, gaya hidup, dan proses alami penuaan adalah beberapa mekanisme penyebab penyakit degeneratif. Diabetes mellitus, hipertensi, osteoarthritis, penyakit Alzheimer, penyakit Parkinson, dan beberapa jenis kanker adalah beberapa contoh penyakit degeneratif.

Diabetes mellitus adalah penyakit tidak menular yang disebabkan oleh pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau tubuh tidak dapat memproses secara efektif insulin yang telah diproduksi. Kadar gula dalam darah penderita diabetes mellitus harus dikontrol dengan baik untuk mengurangi risiko komplikasi (Azizah et al., 2022). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 oleh Departemen Kesehatan, prevalensi DM meningkat menjadi 8,5%. Peningkatan ini disebabkan oleh peningkatan obesitas, yang merupakan salah satu faktor risiko diabetes, dari 14,8% pada data RISKESDAS tahun 2013 menjadi 21,8% pada tahun 2018. Selain itu, prevalensi berat badan meningkat lebih dari 11,5% menjadi 13,6%, dan obesitas sentral (lingkar pinggang 90 cm pada pria) meningkat lebih dari 11,5% (Soelistijo, 2021).

Berdasarkan rekomendasi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)/International Society of Hypertension (ISH), serta pedoman Komite Nasional Pencegahan, Deteksi, Evaluasi, dan Pengobatan Tekanan Darah Tinggi ke-7 (JNC7), definisi hipertensi pada orang dewasa yang berusia 18 tahun ke atas adalah Tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg berdasarkan rata-rata dari dua pembacaan atau lebih yang dilakukan pada setiap dua kunjungan atau lebih setelah skrining awal. Hipertensi adalah

tanda penyakit kardiovaskular yang dikenal sebagai tekanan darah tinggi. Karena penderita tidak menunjukkan gejala dan mengalami komplikasi pada organ vitalnya sendiri, penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* (Mathavan dan Pinatih, 2017). Menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, naik dari 25,8% pada tahun 2013 (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi juga dianggap sebagai faktor risiko terpenting yang dapat dimodifikasi untuk penyakit jantung koroner, stroke, penyakit jantung kongestif, penyakit ginjal stadium akhir, dan penyakit pembuluh darah perifer (Al Saffar et al., 2013).

Penatalaksanaan pasien dengan penyakit degeneratif selain dengan terapi farmakologis, terdapat juga terapi untuk menunjang keberhasilan penyembuhan pasien yaitu non farmakologis (Soelistijo, 2021). Terapi non farmakologis mencakup pendekatan holistik seperti terapi nutrisi dan latihan fisik yang memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup dan manajemen penyakit. Secara khusus, terapi nutrisi merupakan aspek penting dalam pengelolaan pasien diabetes melitus dan hipertensi. Manajemen nutrisi yang tepat dapat membantu mempertahankan atau menurunkan kadar glukosa darah serta tekanan darah agar tetap berada dalam kisaran normal.

Penting untuk diingat bahwa terapi non-farmakologis ini tidak hanya mengatasi gejala, tetapi juga dapat mengurangi risiko komplikasi yang dapat timbul akibat diabetes dan hipertensi. Dengan pemantauan rutin dan pendekatan terpadu yang mencakup terapi nutrisi yang tepat dan aktivitas fisik yang teratur, pasien memiliki peluang yang lebih baik untuk mempertahankan kesehatan yang optimal dan mengurangi dampak negatif dari kedua kondisi ini. Oleh karena itu, penekanan pada pentingnya terapi non-farmakologis ini merupakan kunci dalam manajemen holistik pasien diabetes melitus dan hipertensi.

Berdasarkan data yang diperoleh, menunjukkan bahwa masih banyak kejadian kasus diabetes melitus dan hipertensi yang terjadi hingga saat ini. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan khusus untuk mengatasi masalah ini. Salah satunya dengan memberikan asuhan gizi pada pasien yang biasa disebut dengan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT). Proses Asuhan Gizi Terstandar

merupakan metode pemecahan masalah yang sistematis, dimana ahli gizi menggunakan pemikiran kritis dalam mengambil keputusan untuk menangani berbagai masalah yang berhubungan dengan gizi, sehingga dapat memberikan asuhan gizi yang aman, efektif dan berkualitas tinggi. Tujuan dari manajemen diet adalah untuk memenuhi kebutuhan nutrisi untuk perbaikan organ tubuh dan mencegah peningkatan risiko penyakit dan komplikasi.

## **1.2 Tempat dan Lokasi Magang**

Kegiatan Magang Manajemen Asuhan Gizi Klinik dilaksanakan di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang secara luring yang berlangsung mulai tanggal 2 Oktober 2022 hingga 27 November 2023.

## **1.3 Tempat Pengambilan Kasus dan Intervensi Gizi**

Kegiatan pengambilan kasus dan pelaksanaan Intervensi Gizi di Ruang Sadewa 4 yang berlangsung mulai tanggal 20 Oktober 2023 hingga 23 Oktober 2023.