

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup modern seringkali dikaitkan dengan kenyamanan dan kemudahan, tetapi sayangnya juga seringkali diikuti dengan kebiasaan yang tidak sehat yang dapat merusak kesehatan jangka panjang. Beberapa gaya hidup masyarakat zaman sekarang tidak seimbang yang sangat berpengaruh pada terjadinya faktor resiko diabetes melitus diantaranya ialah pola makan yang tidak sesuai atau mengonsumsi *junkfood* (siap saji) dan aktivitas fisik yang tidak teratur bahkan jarang melakukan olahraga (Ponzo *et al.*, 2018).

Diabetes adalah kondisi kronis yang mengganggu metabolisme tubuh dan ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi. Perubahan gaya hidup, kebiasaan makan, dan urbanisasi telah menjadi faktor utama yang memicu peningkatan kasus diabetes di Indonesia. Diabetes melitus merupakan suatu penyakit metabolik dengan karakteristik atau ditandai dengan hiperglikemi atau meningkatnya kadar gula dalam darah yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin ataupun keduanya (PERKENI 2021).

Prevalensi diabetes terus meningkat di seluruh dunia. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan dalam Atlas edisi ke-10 bahwa diabetes menjadi salah satu krisis kesehatan global yang tumbuh paling cepat pada abad ke-21 ini. Di perkirakan 536,6 juta orang hidup dengan diabetes pada

2021, dan jumlah ini diproyeksikan akan mencapai 783,2 juta pada tahun 2045 mendatang (*International Diabetes Federation, 2021*).

Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insiden dan prevalensi TIPE DM di berbagai penjuru dunia dan menurut WHO (*World Health Organization*), Indonesia ada pada urutan keempat dengan prevalensi DM tipe 2 terbesar di dunia dengan pertumbuhan penderita diabetes sebesar 152% atau dari 8.426.000 orang pada tahun 2000 menjadi 21.257.000 orang pada tahun 2030. MDGs (*Millenium Development Goals*) yang mencatat jumlah penduduk di Indonesia pengidap penyakit DM tipe II sebesar 5,7% dari keseluruhan jumlah penduduk dan sebesar 1,1% meninggal dunia (Prastika, 2020).

Berdasarkan pola penambahan penduduk, diperkirakan bahwa pada tahun 2030 nanti akan ada 194 juta penduduk yang berusia diatas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi DM pada urban (14,7%) dan rural (7,2%), maka diperkirakan terdapat 28 juta penyandang diabetes di daerah urban dan 13,9 juta di daerah rural (PERKENI, 2019). Menurut dinas kesehatan provinsi Lampung tercatat bahwa pada tahun 2014 presentase penderita diabetes melitus tipe II sejumlah 1,5% per 100.000 atau sebanyak 5.560 jiwa terkena penyakit diabetes melitus. (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2014). Untuk prevalensi di kabupaten Pringsewu tahun 2017 terdistribusi diabetes termasuk ke dalam 10 besar penyakit tidak menular dengan jumlah penderita mencapai 2.314 jiwa (Fadhilah 2019).

Sementara itu, menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pringsewu pada tahun 2016, terdapat 670 orang yang mengunjungi fasilitas kesehatan karena diabetes mellitus. Sedangkan di tahun 2018, terdapat peningkatan signifikan yakni sebanyak 1.494 kasus yang didiagnosis sebagai diabetes mellitus di wilayah kabupaten Pringsewu oleh para dokter.

Diabetes Melitus diklasifikasikan menjadi dua tipe yaitu DM tipe 1 ditandai dengan penghancuran sel yang menyebabkan kekurangan insulin absolut, yang sebagian besar ditularkan secara imunologis sedangkan DM tipe 2 ditandai dengan resistensi insulin yang dominan dengan defisiensi insulin relatif hingga defek sekresi yang sebagian besar disertai resistensi insulin, sering kali dikaitkan dengan penyakit lain misalnya sindrom metabolik (Petersmann *et al.*, 2019). Meskipun DM tipe 2 memiliki gejala yang mungkin mirip dengan diabetes tipe 1, namun DM tipe 2 cenderung memiliki gejala yang kurang dramatis atau bahkan tidak menunjukkan gejala sama sekali. Selain itu, waktu terjadinya diabetes tipe 2 tidak selalu dapat diprediksi dengan pasti, oleh sebab itu seringkali terjadi periode pra-diagnosis yang cukup panjang.

Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes mencapai 9% pada perempuan dan 9,5% pada laki-laki. Penderita diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 jiwa pada kisaran umur 65-79 tahun sedangkan prevalensi diabetes di dunia tahun 2019 pada kisaran umur 20-79 tahun adalah 8,3%. Indonesia termasuk

10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi pada tahun 2019, yaitu urutan ketujuh (Kemenkes RI, 2020).

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus selain dipengaruhi karena pola makan, juga dapat dipengaruhi akibat, kebiasaan merokok, aktivitas fisik yang kurang dan riwayat DM dalam keluarga. Faktor penyebab penyakit ini yaitu di pengaruhi oleh pola makan dengan tingkat asupan karbohidrat dan energi yang tidak sesuai kebutuhan, cenderung mempunyai kadar gula darah yang tidak terkontrol. Pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi berlebihan karbohidrat/gula, protein, lemak, dan energi, yang dapat meningkatkan faktor risiko untuk terjadinya diabetes. Semakin tinggi jumlah asupan makanan yang dikonsumsi, semakin besar kemungkinan faktor pemicu diabetes muncul. Diabetes yang tidak terkontrol dengan baik akan menimbulkan komplikasi akut dan kronis. Intervensi gaya hidup telah menunjukkan bahwa pola makan memainkan peran penting dalam mencegah timbulnya diabetes tipe 2 (Rice Bradley, 2018).

Berbagai studi tentang patofisiologi diabetes melitus menunjukkan bahwa adanya abnormalitas pada jumlah hormon insulin menjadi penyebab utama terjadinya diabetes melitus. Meskipun etiologi dan faktor pemicu dari tiga jenis diabetes melitus berbeda, mereka dapat menyebabkan gejala dan komplikasi yang hampir sama. Patofisiologi diabetes melitus tipe 2 berhubungan dengan gangguan homeostasis glukosa, yang berkaitan dengan hormon insulin dan glukagon. Pada kondisi normal, Insulin disekresikan oleh

sel β pankreas saat glukosa kadar darah meningkat (Galicia-garcia *et al.*, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiyanto (2019), di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian diabetes mellitus. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai p value lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,031. Ini menunjukkan pola makan yang tidak baik berpengaruh terhadap kejadian DM, Sehingga perlu pemahaman dan strategi Pendidikan kesehatan untuk mengatur pola makan sehingga kejadian diabetes melitus dapat dicegah.

Selain itu penelitian yang sama dilakukan oleh Ritonga (2020) di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. Berdasarkan hasil uji statistik Chi Square diperoleh nilai p - value = 0,000 < 0,005. Ini berarti terdapat hubungan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan.

Adapun setelah peneliti melakukan *pra survey* di wilayah kerja puskesmas Rejosari Pringsewu, diperoleh data penderita diabetes melitus yang berobat di Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2024 pada periode bulan Januari hingga Mei 2024 yaitu berjumlah 211 pasien penderita diabetes melitus. Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang mengalami diabetes melitus masih cukup tinggi. Hasil observasi kepada masyarakat di Puskesmas Rejosari DM yang terjadi bukan karena factor genetik melainkan karena gaya hidup yang kurang

sehat. Salah satunya pola makan, kebiasaan masyarakat sering melewati jadwal makan, tidak memperhatikan jenis dan jumlah makanannya.

Berdasarkan kajian ilmiah di atas peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang judul penelitian “Hubungan pola makan dengan kejadian Diabetes Melitus (DM) di Puskesmas Rejosari Pringsewu 2024”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut: “Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Rejosari Pringsewu Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di puskesmas rejosari pringsewu tahun 2024”.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, suku, pendidikan terakhir pada penderita diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024.
- b. Diketahui pola makan pada pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024.
- c. Diketahui kejadian diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024

d. Diketahui hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis membatasi permasalahan dalam penelitian ini sesuai dengan judul yang diajukan. Pada ruang lingkup ini terfokus pada :

1. Lingkup Materi

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024.

2. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini yaitu penderita diabetes di wilayah kerja puskesmas Rejosari Pringsewu.

3. Lingkup Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas Rejosari Pringsewu. Dilakukan pada Juni s.d Juli tahun 2024.

4. Lingkup Metode dan Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasional, desain yang digunakan *cross sectional* dan pengumpulan datanya menggunakan lembar kuesioner tentang hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus (DM) tipe 2 di puskesmas Rejosari Pringsewu tahun 2024.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi atau bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya yang sifatnya lebih besar dan bermanfaat bagi kemajuan ilmu keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden agar responden termotivasi supaya hidup sehat dan bisa mengetahui status gizi yang seimbang bagi tubuh.

b. Bagi Petugas

Membantu mengidentifikasi prosentase jumlah warga masyarakat di wilayah kerja puskesmas Rejosari Pringsewu yang berkaitan dengan hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.

c. Bagi Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait acuan dalam meningkatkan edukasi tentang status gizi seimbang dan makanan yang sehat.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar dalam membuat penelitian selanjutnya.

