

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Coronavirus disease 2019* (Covid-19) merupakan infeksi pernapasan yang disebabkan oleh virus korona. Pada 11 Maret 2020, COVID-19 dikonfirmasi sebagai wabah pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Data menunjukkan pertanggal 30 Mei 2021, total kasus yang terkonfirmasi Covid-19 di seluruh dunia adalah 169.597.415 kasus dengan 3.530.582 kematian di 222 negara yang terjangkit. Pemerintah Republik Indonesia melaporkan 1.816.041 orang yang terkonfirmasi positif Covid-19 dengan 50.404 kasus kematian dan 1.663.998 pasien yang sembuh dari penyakit tersebut. (Satuan Tugas Penanganan Covid-19 RI, 2021).

Peningkatan kasus Covid-19 di sejumlah negara termasuk Indonesia menjadikan pembatasan jarak antar individu menjadi aturan yang harus dipatuhi. Kebijakan *Work From Home* (WFH) yaitu mewajibkan masyarakat untuk melakukan kegiatan apapun di dalam rumah (belajar, beribadah ataupun bekerja), dimana pembatasan tersebut berdampak pada aktivitas dan kegiatan manusia sehari-hari. Kebiasaan baru ini membuat masyarakat kurang mengalami pergerakan dibandingkan dengan tidak terjadinya pandemi (Satuan Tugas Penanganan Covid-19 RI, 2020). Kebijakan WFH untuk tinggal di rumah selama pandemi telah membuat banyak kegiatan dan aktivitas fisik tidak berjalan dan mengubah gaya hidup dan pola perilaku di sebagian besar populasi. (Selvin and Juraschek, 2020)

Menurut Chen et al., (2020) menyatakan bahwa pembatasan yang dilakukan (*physical distancing*) dapat mengganggu kegiatan rutin dikarenakan terjadi perubahan aktivitas selama tinggal di rumah dalam waktu yang lama yaitu, seperti peningkatan perilaku duduk, berbaring, bermain game, menonton televisi, dan penggunaan *smartphone* sehingga membuat pengeluaran energi yang kurang yang mengakibatkan pada peningkatan resiko penyakit tidak menular.

Menurut American Diabetes Association (ADA), 2015 Diabetes adalah penyakit persisten kompleks yang memerlukan pertimbangan klinis berkelanjutan dengan kemampuan menurun dari glikemik untuk mengontrol. Penderita dengan diabetes melitus lebih rentan terhadap infeksi penyakit terutama yang disebabkan oleh bakteri dan virus yang mempengaruhi saluran pernafasan bagian bawah. Kadar gula darah yang tinggi memiliki peran yang berkaitan dengan komplikasi terkait diabetes kronis. (Cholishotul, 2020)

Pola makan yang tidak teratur menjadi faktor yang sangat berperan terhadap kejadian diabetes mellitus, semakin tidak teratur pola makannya, maka akan semakin memungkinkan orang untuk mengalami diabetes. (Widiyanto et al., 2019). Pada penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya mengenai Pola Makan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 yaitu dijelaskan bahwa mengontrol pola makan agar lebih baik yaitu dengan cara mengatur jadwal makan yang baik setiap hari, dan membuat variasi menu makanan yang akan dikonsumsi setiap hari agar pola makan penderita diabetes mellitus tipe 2 menjadi seimbang. (Eltrikanawati et al., 2020)

Perubahan pola konsumsi makanan yang terjadi selama masa pandemi Covid 19 yaitu mencakup peningkatan terjadi pada porsi makan, frekuensi memasak di rumah, frekuensi cemilan, frekuensi sayur dan buah (Noviasty and Susanti, 2020) Masyarakat juga lebih senang memasak dan makan di rumah dikarenakan pemberlakuan *stay at home* atau *social distancing* (Nababan, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Dafriani, 2017) terdapat juga hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian DM, hal ini disebabkan oleh aktivitas fisik yang lebih menghabiskan waktu untuk menonton TV dan tiduran. Aktivitas seperti ini termasuk ke dalam aktivitas fisik golongan ringan yang berarti energi di dalam tubuh tidak banyak terpakai, sementara itu energi yang berasal dari makanan terus meningkat, maka terjadilah ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang digunakan.

Menurut Eltrikanawati et al., (2020) Aktivitas Fisik Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 lebih baik jika Semakin banyak aktivitas yang dilakukan dalam sehari maka akan banyak menguntungkan dalam hal kesehatan terutama pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yaitu dapat mengontrol kadar gula darah sewaktu pada batas normal dan stabil.

Organisasi Interational Diabetes Federation (IDF) tahun 2019 memperkirakan prevalensi diabetes dengan seiring dengan bertambahnya umur penduduk yaitu 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka ini diprediksi terus meningkat hingga mencapai 678 juta pada tahun 2030 dan 700 juta tahun 2045. Prevalensi kasus kejadian diabetes di dunia dengan kisaran usia penderita 20-79 tahun tercatat bahwa pada tahun 2019 kasus penderita diabetes terbanyak terdapat di wilayah arab-afrika utara dengan 12,2%. Wilayah asia tenggara menempati peringkat ketiga dunia dengan 11,3 % kasus kejadian diabetes melitus. Sedangkan indonesia merupakan peringkat ketujuh dengan 10,7 juta orang penderita diabetes setelah negara meksiko dengan 12,8 juta orang penderita diabetes.

Indonesia menjadi satu-satunya negara yang masuk dalam 10 negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di Asia Tenggara. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Indonesia memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara (Infodatain, 2020)

Hasil riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia pada umur  $\geq 15$  tahun sebesar 2% kasus. Ini menunjukkan bahwa prevalensi diabetes di Indonesia mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes umur  $\geq 15$  tahun pada tahun 2013 yaitu sebesar 1,5% kasus. Menurut Riskesdas tahun 2018 prevalensi Diabetes Melitus di wilayah Sumatera Utara sebesar 2% kasus kejadian penyakit. Ini merupakan angka yang cukup tinggi yaitu mendapat peringkat ke-12 dari seluruh provinsi di Indonesia (Riskesdas, 2018).

Profil Kesehatan Sumatera Utara 2018 menunjukkan bahwa Kabupaten Deli Serdang menjadi kasus diabetes terbanyak di Sumatera Utara dengan 37,749 kasus setelah Kota Medan dengan 37,010 kasus diabetes. Data dari Bidang Yankes Dinas Kesehatan Kab. Deli Serdang, Tahun 2020 menunjukkan bahwa Diabetes Melitus tipe 2 merupakan peringkat keenam dari Daftar Sepuluh Penyakit Terbanyak di Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019 (Profil Kesehatan Deli Serdang, 2019).

Data dari Profil Kesehatan Deli Serdang Tahun 2019 juga dilihat bahwa Puskesmas Mulyorejo memiliki kasus Diabetes Melitus sebanyak 3,004 orang dengan 2,487 orang yang mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar yaitu dengan persentase 82.79 %. Puskesmas Mulyorejo merupakan puskesmas dengan jumlah penderita diabetes kedua terbanyak di wilayah kabupaten Deli Serdang setelah puskesmas Bandar Khalipah.

Pada survei awal yang dilakukan peneliti, jumlah kasus penderita diabetes melitus di puskesmas tersebut tahun 2020 yaitu sebesar 3,072 orang. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perubahan kasus DM dari waktu ke waktu. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap pasien di Puskesmas Mulyorejo bahwa, selama pandemik covid-19 mereka mengalami perubahan dalam gaya hidup, terutama dalam hal perubahan aktivitas dan pola makan. Dimana masyarakat diminta untuk melakukan segala aktivitas didalam rumah dan seminimal mungkin untuk melakukan kegiatan di luar rumah terutama bertemu dengan orang lain. Menurut penelitian didalam penanganan DM salah satu yang paling penting ada mengatur pola makan yang dimakan setiap hari (Gregg et al., 2016). Pola

makan yang tidak sehat juga menjadi bagian dari gaya hidup yang berpengaruh terhadap terjadinya diabetes melitus (Hamdan, 2019).

Mengingat dari tinjauan mendasar yang dilakukan di Puskesmas Mulyorejo, bahwa kasus pasien yang mengalami diabetes mellitus telah meningkat dari tahun sebelumnya. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus selama pandemi Coronavirus di Puskesmas Mulyorejo, Kecamatan Sunggal pada tahun 2021.

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Apakah ada Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada saat pandemi Covid-19 di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal tahun 2021?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada saat pandemi Covid-19 di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal tahun 2021.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui hubungan pola makan dengan Kejadian Diabetes Melitus pada saat pandemi Covid-19 di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal tahun 2021.
2. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada saat pandemi Covid-19 di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal tahun 2021.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil dari penelitian ini dijadikan sebagai pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian, serta menerapkan ilmu-ilmu kesehatan yang telah didapat selama pendidikan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Prima Indonesia. Serta dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya

#### 1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi perpustakaan, memberikan tambahan informasi untuk melengkapi bahan pustaka dan sebagai bahan masukan dalam proses belajar mengajar.

#### 1.4.3 Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan kepada Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang mengenai penanganan pasien Diabetes Melitus, dalam hal memberi asuhan gizi serta memberikan edukasi kesehatan gizi dalam upaya melakukan pengendalian kasus kejadian Diabetes Melitus di puskesmas tersebut.

#### 1.4.4 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan mengedukasi masyarakat dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para penderita Diabetes Melitus dalam mengelola dan mengontrol asupan makanan dan aktivitas fisik yang dilakukan dalam mengendalikan kasus kejadian Diabetes Melitus di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal, sehingga dapat mengatasi masalah timbulnya penyakit komplikasi.