

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) atau lebih dikenal dengan penyakit gula atau kencing manis merupakan kondisi kadar gula darah lebih dari normal. DM terjadi karena insulin tidak dapat digunakan secara efektif untuk mengatur gula darah agar seimbang, sehingga terjadi peningkatan konsentrasi gula dalam darah (Andriani, 2023). DM merupakan sindrom yang ditandai oleh adanya hiperglikemia dan berkaitan dengan abnormalitas metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein. Abnormalitas metabolik ini mengarah pada perkembangan bentuk spesifik dari komplikasi ginjal, okular, neurologik dan kardiovaskular (Nadrati & Supriyatna, 2021)

Penyakit DM merupakan masalah kesehatan masyarakat dan menjadi salah satu dari empat PTM prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia (HR et al., 2021). DM dibagi menjadi 2 jenis yaitu DM tipe 1 dan DM tipe 2. Kedu-dua jenis DM ini dibedakan oleh faktor penyebabnya (Nusdin, 2022). Sebagian besar DM tipe 1 disebabkan oleh penurunan kerja organ tubuh karena penuaan atau gaya hidup sedangkan DM tipe 2 disebabkan oleh karena insulin yang tidak dapat merespon dengan baik oleh sel-sel tubuh. Sekitar 90-95% dari seluruh penderita DM merupakan DM tipe 2 (Syamsiah, 2022).

Menurut Federasi Diabetes Internasional (FDI), 463 individu berusia antara 20 dan 79 tahun mendapatkan diagnosis DM pada tahun 2019. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi DM pada tahun 2019 sebesar 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi DM diprediksi meningkat seiring dengan pertambahan usia penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta antara usia 65-79 tahun. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat hingga 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045 (Harefa & Lingga, 2023)

Di Indonesia DM merupakan penyebab kematian terbesar urutan ke-3 (6,7%) setelah stroke (21,1%) dan jantung (12,9%) (Saimi & Satriyadi, 2024). Negara di dunia mendata 10 negara dengan jumlah penderita DM yang paling tinggi dan Indonesia berada pada urutan ke-7 dari 10 negara tersebut. Indonesia adalah negara satu-satunya di Asia Tenggara yang masuk daftar kedalam negara penyumbang tertinggi prevalensi

DM (Harefa & Lingga, 2023). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), sekitar 382 juta orang di seluruh dunia didiagnosis menderita DM pada tahun 2013 atau sekitar 4,6% dari kasus yang tidak terdeteksi. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 592 juta orang pada tahun 2035 (Pratiwi et al., 2024)

Faktor risiko DM diantaranya faktor yang dapat diubah seperti obesitas, hipertensi, aktivitas fisik kurang, diet atau pola makan yang tidak sehat, dislipidemia yang dapat memberi peluang tinggi untuk DM tipe 2. Faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti usia ≥ 45 tahun, jenis kelamin, riwayat keluarga DM, ras dan etnis, riwayat melahirkan bayi > 4000 gram, dan riwayat lahir dengan BBLR. Gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol merupakan faktor risiko yang juga sangat berpengaruh untuk perkembangan DM tipe 2 (Silviani & Sibarani, 2023).

Penyakit DM merupakan penyakit degeneratif yang umumnya disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup adalah perilaku seseorang yang ditujukan dalam aktivitas sehari-hari. Makanan cepat saji, kurangnya olahraga dan minuman bersoda merupakan faktor pencetus DM tipe 2 (Simatupang, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Suryanti (2021) tentang hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar mendapatkan hasil bahwa ada hubungan kebiasaan merokok ($p\text{-value}=0,042$), aktivitas fisik ($p\text{-value}=0,027$), pola ($p\text{-value}=0,010$) dengan kejadian Diabetes Melitus (Suryanti et al., 2021).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Murtiningsih dkk (2021), mendapatkan hasil bahwa gaya hidup seperti pola makan yang tidak sehat dan pola aktivitas fisik kurang secara bermakna berpengaruh terhadap terjadinya faktor risiko DMT2 (Murtiningsih et al., 2021). Siregar dan Sembiring (2023) juga menemukan bahwa Kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara faktor-faktor pola Hidup dengan Kejadian Diabetes Mellitus di puskesmas sawit seberang kabupaten langkat (Siregar & Sembiring, 2023).

Pola makan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya DM. Pola makan yang buruk bisa merusak kerja organ pankreas. Organ tersebut mempunyai sel beta yang berfungsi memproduksi insulin (Silviani & Sibarani, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Amalia dan Agustina (2023) tentang hubungan pola makan terhadap

penyakit diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Medan Johor, mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan terhadap penyakit diabetes melitus ($p < 0.05$) (Amalia & Agustina, 2023). Penelitian lain yang dilakukan oleh Sibagariang dan Lumbangaol (2021) menjelaskan bahwa terdapat hubungan pola makan ($p = 0,023$) dan aktivitas fisik ($p = 0,012$) dengan kejadian diabetes melitus pada saat pandemi covid-19 di Puskesmas Mulyorejo Kecamatan Sunggal tahun 2021 (Sibagariang & Lumban Gaol, 2022)

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 14 Oktober 2024 di RSUD Kota Sabang diperoleh data penderita DM mulai Januari sampai Agustus, kunjungan pasien rawat jalan sebanyak 2664 orang dengan rata-rata tiap bulan untuk kasus DM rawat jalan sebanyak 26 orang dan pasien rawat inap sebanyak 34 orang. Data penderita DM dalam 3 bulan terakhir sebanyak 168 orang. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus di RSUD Kota Sabang Tahun 2024”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kota Sabang Tahun 2024?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kota Sabang Tahun 2024

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi gaya hidup responden
2. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi pola makan responden
3. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi kejadian diabetes mellitus
4. Untuk mengidentifikasi hubungan gaya hidup dan pola makan dengan

kejadian diabetes mellitus

Manfaat Penelitian

1. Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan metode tambahan bagi rumah sakit untuk meningkatkan kesehatan pasien DM.

2. Bagi Pendidikan

Sebagai bahan referensi dan perbandingan bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia Medan.

3. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan wawasan pengetahuan peneliti tentang hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian eksperimen kesehatan.