

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis akibat gangguan metabolise yang menyebabkan peningkatan kadar gula darah karena kurangnya produksi insulin oleh pankreas Melinda et al., (2022). Hiperglikemia yang terjadi pada jangka waktu panjang mengakibatkan kerusakan organ tubuh terutama pada mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (Amandari et al., 2024)

*Internasional Diabetes Federation* (IDF) menyatakan bahwa pada tahun 2021, tercatat sebanyak 537 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun hidup dengan Diabetes Mellitus (DM) dan memprediksi jumlah ini akan terus meningkat, mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan sekitar 783 juta pada tahun 2045. Pada tahun 2021, Diabetes menyebabkan sekitar 6,7 juta kematian di seluruh dunia, menyumbang 10,7% dari total kematian global. Asia Tenggara merupakan wilayah angka kematian tertinggi akibat Diabetes dengan 0,58 juta kasus IDF, (2022). Di Indonesia jumlah penderita Diabetes Mellitus (DM) pada tahun 2022 sebanyak 19,47 juta jiwa Kemenkes RI, (2022). Di Jawa Tengah, tercatat sebesar 101,61% pada tahun 2023. Peningkatan ini berkontribusi pada tingginya jumlah kasus Diabetes Mellitus (Dinkes Jateng, 2023). Jumlah Diabetes Mellitus (DM) di Kota Surakarta menempati urutan ke 13 di Jawa Tengah, sedangkan Solo Raya menempati urutan ke 03 dengan menunjukkan angka sebesar 17.191 jiwa pada tahun 2023 (Dinkes Kota Surakarta, 2023).

Diabetes Mellitus (DM) tidak hanya terjadi pada lansia melainkan sudah ada kasus Diabetes Mellitus (DM) pada dewasa muda karena tingginya kondisi obesitas akibat tidak menjaga pola makan Aristia et al., (2024). Menurut laporan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, sebanyak 14% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas diketahui

mengidap Diabetes Mellitus (DM), Selain itu, lebih dari separuh (59%) penderita Diabetes yang berusia 30 tahun ke atas tidak mengonsumsi obat untuk penyakit mereka pada tahun tersebut WHO, (2022). Di Puskesmas Gambirsari penderita Diabetes Mellitus (DM) dari bulan Januari – Desember 2024 sebanyak 1.036 kasus, dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus (DM) pada usia dewasa muda sebanyak 57 kasus yang terbagi dalam 3 kelurahan, yaitu kelurahan Banjarsari sebanyak 19 kasus, kelurahan Kadipiro sebanyak 17 kasus dan Kelurahan Joglo sebanyak 21 kasus.

Tingginya angka kasus Diabetes Melitus (DM) dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor genetik, kelebihan berat badan atau obesitas, pola hidup yang tidak sehat, kebiasaan makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, penggunaan obat-obatan yang memengaruhi kadar glukosa darah, proses penuaan, dan stres Rif'at et al., (2023). Serta pola makan yang mengandung karbohidrat dan energi melebihi kebutuhan tubuh cenderung menyebabkan kadar gula darah yang tidak terkontrol (Yuantari, 2022). Ketidakmampuan mengatur pola makan, seperti melewatkan waktu makan atau mengonsumsi makanan secara sembarangan, terlalu banyak makanan berlemak atau kurang asupan nutrisi dapat menyebabkan ketidakseimbangan gizi maupun obesitas yang menjadi salah satu penyebab Diabetes Mellitus (DM) (Hotimah et al., 2022).

Perilaku diet merupakan salah satu pilar penting dalam pengelolaan Diabetes Mellitus (DM). Perilaku ini bertujuan untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah dengan mengatur pola makan dan minum sesuai dengan rekomendasi yang diberikan. Perilaku diet meliputi pemilihan makanan, kebiasaan makan, dan asupan gizi (Lusiana et al., 2024). Studi menyatakan bahwa perilaku pola makan penderita Diabetes Mellitus (DM) dewasa muda karena tidak memahami pola diet, menu makanan yang kaya kolesterol, lemak, dan penyedap (Marpaung & Hiko, 2023).

Kebiasaan pola makan pada usia dewasa muda sering mengikuti perkembangan zaman yang modern. Sebagian besar pola makan modern memiliki kandungan lemak, gula, dan garam yang tinggi. Selain itu,

keberadaan makanan cepat saji, baik dalam bentuk kemasan kaleng maupun yang disajikan di berbagai gerai, semakin banyak. Hal ini dipicu oleh tingginya minat terhadap makanan cepat saji, yang dapat berkontribusi pada peningkatan kadar gula darah (Nasutin et al., 2021). Salah satunya yaitu Kota Surakarta yang merupakan wisata kuliner yang ada di Jawa Tengah dengan ciri khas makanannya manis dan asin seperti kue serabi solo, nasi liwet, intip, sate buntel, soto gading, kue mandarin, bestik solo, sate kere, pecel deso (Prasta, 2021).

Wawasan masyarakat tentang Diabetes Mellitus (DM) sangat penting untuk menjadi landasan dalam mengembangkan perilaku hidup sehat. Pengetahuan yang memadai berperan penting dalam menciptakan pola tindakan yang mendukung pencegahan Diabetes Mellitus (DM) (Amalia et al., 2023).

Hasil studi pendahuluan dengan perawat di Puskesmas Gambirsari, diketahui penatalaksanaan yang sudah diterapkan pada penderita Diabetes Mellitus (DM) dengan melakukan edukasi terkait pola makan, aktivitas fisik pada saat kunjungan pemeriksaan, skrining PTM di Posbindu dan melaksanakan senam prolans seminggu sekali pada hari Selasa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 Januari 2025 dengan metode wawancara kepada 5 responden di Puskesmas Gambirsari, didapatkan hasil bahwa penderita memiliki pola makan 2-3x sehari dengan waktu makan tidak teratur. Dari 5 penderita Diabetes Mellitus (DM), 3 responden memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan yang berlemak dan mengonsumsi minuman manis, 2 responden memiliki kebiasaan pola makan yang buruk. Dari 5 responden mengatakan belum pernah mendapatkan pengaturan mengenai pola makan yang menyebabkan Diabetes Mellitus (DM).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Gambaran Perilaku Pola Makan Penderita Diabetes Mellitus Dewasa Muda Di Puskesmas Gambirsari”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah penelitian “Gambaran Perilaku Pola Makan Penderita Diabetes Mellitus Dewasa Muda Di Puskesmas Gambirsari ?”

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Perilaku Pola Makan Penderita Diabetes Mellitus Dewasa Muda Di Puskesmas Gambirsari”.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik penderita Diabetes Mellitus (DM) dewasa muda berdasarkan jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan di puskesmas Gambirsari
- b. Mengidentifikasi perilaku pola makan penderita Diabetes Mellitus (DM) pada dewasa muda di Puskesmas Gambirsari.

## **C. MANFAAT PENELITIAN**

### **1. Bagi Responden**

Dapat meningkatkan pengetahuan baru tentang pentingnya perilaku pola makan agar mengurangi resiko terjadinya Diabetes Mellitus (DM) pada dewasa muda.

### **2. Bagi Perawat**

Dapat dijadikan tambahan kepustakaan dalam ilmu keperawatan khususnya mengenai gambaran perilaku pola makan penderita Diabetes Mellitus (DM) pada dewasa muda.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat digunakan sebagai referensi atau bahan Pustaka tentang gambaran perilaku pola makan penderita Diabetes Mellitus (DM) dewasa muda.

## D. KEASLIAN PENELITIAN

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

| No | Penuls dan Tahun       | Judul                                                                                                                                          | Persamaan                                                                                                     | Perbedaan                                                                                    |
|----|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | (Siagian et al., 2023) | Analisis Dampak Pola Makan terhadap Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 pada Masyarakat Usia Produktif                                            | Persamaan variabel peneliitan yaitu pada perilaku pola makan<br><br>Teknik pengumpulan data dengan kuesioner  | Perbedaan variable dampak pola makan sementara variabel yang saya teliti perilaku pola makan |
| 2. | (Amalia et al., 2023)  | Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan,Usia dan Riwayat keluarga DM dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada usia Dewasa Muda | Persamaan responden peneliitan yaitu pada usia dewasa muda<br>Teknik pengumpulan data dengan kuesioner        | Perbedaan pada variabel, penelitian saya meneliti tentang perilaku pola makan DM             |
| 3. | (Kadek et al., 2023)   | Gambaran Pola Makan,Aktivitas,dan Peran keluarga pada pasien Diabetes mellitus di puskesmas sungai tabuk 2                                     | Persamaan variabel penelitian yaitu pada perilaku pola makan.<br><br>Teknik pengumpulan data dengan kuesioner | Perbedaan variabel aktivitas dan peran keluarga                                              |