

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis (menahun) serius yang mengakibatkan gangguan metabolik dengan karakteristik meningkatnya kadar gula darah yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang melebihi batas normal. Diabetes melitus merupakan golongan penyakit akibat adanya gangguan sistem metabolisme dalam tubuh, dimana organ pankreas tidak mampu memproduksi hormon insulin sesuai kebutuhan (PERKENI, 2021).

Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit gangguan metabolik menahun yang diakibatkan karena pankreas tidak memproduksi insulin yang cukup atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar glukosa darah. Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yang multi-kompleks, antara lain kebiasaan hidup dan lingkungan. Orang yang membawa gen Diabetes Melitus Tipe 2, belum tentu menderita penyakit Diabetes Melitus Tipe 2, karena masih ada beberapa faktor lain yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit tersebut yaitu, Status gizi yang berlebih (kegemukan) dan Kurangnya aktivitas fisik. (Yusnanda 2020). Status gizi merupakan suatu keadaan yang di akibatkan oleh ke seimbangan antara zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang digunakan untuk metabolisme tubuh (K/emenkes, 2020). Status gizi dikategorikan menjadi status gizi kurang, normal, lebih, dan obesitas. Diabetes Melitus Tipe 2

merupakan salah satu penyakit yang ditandai dengan status gizi yang berlebih (obesitas) yang diakibatkan oleh terjadinya resistensi insulin. Status gizi yang berlebih (obesitas) berdampak buruk terhadap jaringan yang menimbulkan komplikasi Diabetes Melitus Tipe 2. Menurut hasil penelitian Murti L.Y, (2022). Gaya hidup yang tidak sehat dapat memicu berbagai penyakit seperti diabetes melitus, hipertensi, kardiovaskuler dan lainnya.

Gaya hidup merupakan perilaku yang membentuk kebiasaan yang baik untuk menciptakan hidup yang sehat dan menghindari kebiasaan yang buruk yang dapat mengganggu kesehatan. Gaya hidup termasuk bagian dari kebutuhan sekunder manusia yang dapat diubah sesuai dengan keinginan seseorang untuk meningkatkan kesehatan. Gaya hidup yang tidak sehat dapat memicu berbagai penyakit. Perubahan gaya hidup, seperti makanan cepat saji, pola makan yang buruk, kebiasaan merokok dan kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu pemicu timbulnya penyakit diabetes melitus (Rini, 2020).

Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan faktor resiko dari gaya hidup tidak sehat. Gaya hidup yang dimiliki seseorang dapat dipengaruhi oleh pengetahuannya. Menurut Tarigan Rinawati (2022) bahwa pengetahuan merupakan titik tolak perubahan sikap dan gaya hidup penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Apabila Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang Diabetes Melitus Tipe 2, kemudian selanjutnya mengubah perilakunya, akan dapat mengendalikan kondisi penyakit sehingga dapat hidup lebih berkualitas.

Menurut penelitian Murtiningsih (2020) terdapat pengaruh gaya hidup sebagai faktor resiko Diabetes Melitus Tipe 2. Gaya hidup seperti stress, aktivitas

fisik, riwayat merokok, kebiasaan keluar malam, konsumsi obat-obatan, dan konsumsi alkohol, Merupakan faktor resiko terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2. Menurut Hamdan Hariawan (2019) bahwa gaya hidup pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 seperti terbiasa mengkonsumsi makanan sumber glukosa berlebihan, tinggi lemak, kurangnya mengkonsumsi makanan berserat seperti sayur-sayuran dan buah-buahan dapat meningkatkan kadar glukosa darah dalam tubuh. gaya hidup seperti merokok juga menjadi faktor risiko terjadinya penyakit Diabetes Melitus tipe 2.

Medan merupakan salah satu kota dengan penyandang kasus Diabetes Melitus Tipe II sebesar 5,71% atau sebanyak 12.575 penderita yang tercatat pada tahun 2020. Berdasarkan data Dinkes Kota Medan, angka DM Tipe II setiap bulannya bertambah sekitar 699 kasus begitu juga dengan angka kejadian gangguan metabolik yang terus bertambah akibat dari penyakit diabetes. Berdasarkan hasil rekapitulasi laporan bulanan penyakit DM Tipe II yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Medan pada tahun 2020 pada satu bulannya angka DM Tipe II dapat mencapai 282 penderita (Dinkes, 2020).

Kecamatan perjuangan adalah salah satu kecamatan yang berada dikota medan. Berdasarkan data penduduk kecamatan medan perjuangan (januari, 2023) jumlah masyarakat pada usia 46-55 tahun yaitu 5.634 jiwa. Hasil observasi dan wawancara dengan petugas kesehatan di puskesmas sentosa baru kelurahan medan perjuangan (14 juli 2023) diperoleh bahwa usia 46 sampai 55 tahun yang menderita Diabetes Melitus tipe 2 dengan usia 46-55 tahun di puskesmas sentosa baru kelurahan medan perjuangan sebanyak 195 populasi penderita Diabetes Melitus.

Penyebab terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2 pada penduduk di puskesmas sentosa baru kelurahan medan perjuangan di duga karena gaya hidup yang kurang sehat atau gaya hidup yang salah dan tingginya status gizi obesitas pada orang dewasa.

Berdasarkan hal tersebut, maka perlu di lakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Gaya Hidup dan Status Gizi Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Orang Dewasa di Puskesmas Sentosa Baru, Kecamatan Medan Perjuangan”**.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Tingginya penderita Diabetes Melitus pada orang dewasa.
2. Rendahnya gaya hidup sehat pada orang dewasa.
3. Tingginya status gizi obesitas pada orang dewasa.
4. Kurangnya minat masyarakat memeriksa kadar gula darah setiap bulan
5. Rendahnya pola makan yang sehat.
6. Rendahnya aktivitas fisik.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Gaya hidup di batasi pada, faktor stres, aktivitas fisik, riwayat merokok, kebiasaan keluar malam, konsumsi obat-obatan, konsumsi alkohol, pola makan dan *food Frequency Questinnaire* (FFQ) .
2. Status gizi dibatasi pada status gizi sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan sangat gemuk.

3. Diabetes Melitus Tipe 2 dibatasi pada kadar gula darah Normal <200 mg/dl dan Tinggi  $\geq 200$  mg/dl
4. Subjek penelitian ini dibatasi pada masyarakat usia 46-55 Tahun.

#### 1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu :

1. Bagaimana karakteristik responden (jenis kelamin, Pendidikan, pekerjaan dan pendapatan)?
2. Bagaimana gaya hidup responden ?
3. Bagaimana status gizi responden?
4. Bagaimana kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 responden ?
5. Bagaimana hubungan gaya hidup dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 responden ?
6. Bagaimana hubungan status gizi dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 responden?
7. Bagaimana hubungan gaya hidup dan status gizi dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 responden?

*Character Building*  
UNIVERSITY

### 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden yaitu jenis kelamin, Pendidikan, pekerjaan dan pendapatan .
2. Gaya hidup responden.
3. Status gizi responden.
4. Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 pada responden.
5. Hubungan gaya hidup dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2.
6. Hubungan status gizi dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2.
7. Hubungan gaya hidup dan status gizi dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2.

### 1.6. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca, dapat menjadi referensi bagi mahasiswa gizi dan menjadi data awal untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Diharapkan penelitian ini menjadi bahan masukan dalam meningkatkan pelayanan Kesehatan yang bagus dan pemulihan orang dewasa dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2.