

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit tidak menular (PTM) yang merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia dan di Indonesia. Hiperglikemia, penyakit metabolik kronis yang dikenal sebagai DM, terjadi ketika tubuh tidak memproduksi cukup insulin atau ketika insulin tidak berfungsi dengan baik. Dalam jangka panjang, bisa mengakibatkan masalah serius, termasuk penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, gangguan penglihatan, dan neuropati (WHO, 2024).

Menurut IDF, (2025) prevalensi diabetes secara global mencapai tingkat yang signifikan, dengan sekitar 11,1% populasi dewasa usia 20–79 tahun hidup dengan diabetes dan lebih dari 4 dari 10 tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Sejalan dengan hal tersebut WHO, (2024) melaporkan bahwa jumlah penderita diabetes di dunia meningkat tajam dari sekitar 200 juta orang pada tahun 1990 menjadi sekitar 830 juta orang pada tahun 2022, dengan peningkatan terbesar terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kawasan Asia Tenggara termasuk wilayah dengan beban diabetes yang tinggi, di mana pada tahun 2024 tercatat sekitar 106,9 juta penduduk dewasa usia 20–79 tahun menderita diabetes. Secara global, diabetes menyebabkan sekitar 3,4 juta kematian tahun 2024, dan sekitar 11% kematian akibat penyakit kardiovaskular berkaitan dengan kondisi hiperglikemia.

Kementerian Kesehatan Indonesia melaporkan, sebanyak 19,47 juta orang menderita diabetes melitus pada tahun 2021. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia, “prevalensi diabetes pada penduduk semua umur mencapai 1,7% berdasarkan diagnosis dokter, sedangkan pada kelompok usia ≥ 15 tahun prevalensinya 2,2% berdasarkan diagnosis dokter dan pemeriksaan kadar gula darah 11,7%, penduduk usia ≥ 15 tahun memiliki kadar gula darah puasa ≥ 126 mg/dl dan kadar gula darah 2 jam setelah pembebanan glukosa ≥ 200 mg/dl (SKI, 2023).

Perbedaan yang cukup besar menunjukkan adanya selisih sekitar 9,5% antara kasus terdiagnosis dan yang terdeteksi lewat pemeriksaan lab. Menurut diagnosis dokter, provinsi dengan prevalensi tertinggi pada penduduk semua umur antara lain Kalimantan Timur 2,3%, Daerah Istimewa Yogyakarta 2,9%, dan DKI Jakarta 3,1 (SKI, 2023). DM adalah penyakit tidak menular yang kasusnya masih tinggi di wilayah Puskesmas Pasar Rebo. Pada tahun 2023, jumlah penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo diperkirakan sebanyak 5.294 orang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tingkat kesadaran dan deteksi dini DM di masyarakat masih rendah, ini menegaskan pentingnya penelitian faktor risiko, khususnya pola makan, dalam pencegahan DMT2 di layanan primer seperti Puskesmas.

Pola makan merupakan bagian dari perilaku kesehatan yang berdampak langsung pada kondisi tubuh manusia. Kebiasaan konsumsi makanan sehari-hari, mencerminkan upaya individu dalam menjaga kecukupan zat gizi agar fungsi tubuh tetap optimal. Pengaturan pola makan yang meliputi komposisi makanan, jenis dan pilihan makanan, serta keteraturan waktu makan sangat penting, baik bagi penderita

DM maupun individu sehat. Pola makan yang tidak sehat telah diidentifikasi sebagai faktor risiko utama terjadinya DMT2 (Kurniasari *et al.*, 2021).

Penelitian studi oleh Wahyuni dan Mulyono, (2019) pada 50 responden (25 responden dengan pola makan baik dan 25 responden dengan pola makan tidak baik) yang tinggal di wilayah Bukit Pinang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik komparatif, data diperoleh dengan menggunakan alat pengukur glukosa darah digital. Uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $p = 0,016, < 0,05$, yang bermakna ada perbedaan kadar gula darah penderita DM dengan pola makan baik dan tidak baik. Dengan nilai median kadar gula darah pola makan baik 218 dan pola makan tidak baik 241. Kesimpulan penelitian ini adalah semakin baik pola makan penderita DM maka semakin rendah kadar glukosa dalam darah.

Berbanding terbalik dengan penelitian yang telah disebutkan. Akilakanya dan Kurniati, (2021) melakukan penelitian melibatkan 96 pasien di Puskesmas Rawa Buntu, Puskesmas Serpong 1, dan Puskesmas 13 & 15 di Kabupaten Penjarangan. Data dari kuesioner pengingat makan 24 jam menunjukkan tidak ada korelasi signifikan antara diet dan kadar glukosa darah, dengan nilai $p = 0,893 > 0,05$. Sejalan dengan itu, penelitian yang dikemukakan oleh Calosa *et al.*, (2025) bahwa dengan 149 responden bertempat di Pemukiman Rumah Susun Taman Sari, Kota Bandung. Data dikumpulkan memakai *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* untuk mengevaluasi pola makan dan kuesioner *FINDRISC* untuk menilai risiko diabetes. Penelitian ini mengungkapkan tidak ada korelasi signifikan antara pola makan dan risiko diabetes, dengan nilai $p = 0,441 > 0,05$. Perbedaan hasil ini mengindikasikan adanya inkonsistensi temuan yang dapat disebabkan oleh variasi populasi, lokasi penelitian, serta perbedaan instrumen pengukuran yang digunakan.

Sejauh ini, penelitian mengenai pola makan dengan kejadian DMT2 cukup banyak dilakukan, namun dalam interpretasi hasil, metode penelitian, dan kuesioner yang digunakan, serta hasil *p value* yang didapatkan juga berbeda. Kajian yang menelaah pola makan dengan kejadian DMT2, secara bersamaan di fasilitas tingkat pertama masih terbatas. Penelitian ini akan menggunakan instrumen kuesioner umum, yaitu kuesioner pola makan yang disesuaikan dengan kebutuhan responden, sehingga diharapkan mampu menggambarkan pola makan. Dengan demikian, penelitian ini memperlengkapi kebaruan dalam aspek lokasi penelitian.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, di Poli Prolanis Puskesmas Pasar Rebo, tercatat dari data 3 bulan terakhir, yakni dari bulan Agustus sampai Oktober ada 1,562 pasien DMT2. Data tersebut menunjukkan, masih tingginya prevalensi DMT2 di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo selama periode tertentu. Selain itu, pada wawancara dengan 15 pasien ditemukan bahwa pola makan tidak sehat, seperti konsumsi makanan tinggi garam, lemak, dan rendah serat, menjadi pemicu utama meningkatnya kadar gula darah yang tinggi. Sebagian besar pasien belum mempunyai pengetahuan dan keterampilan memadai dalam mengatur pola makan sehari-hari sesuai dengan anjuran kesehatan. Pasien cenderung mengonsumsi makanan instan, gorengan, serta makanan olahan secara berlebihan, dan kurang memperhatikan porsi makan.

Kondisi ini mengindikasikan bahwa pengelolaan penyakit DMT2 di tingkat pelayanan kesehatan primer masih menghadapi tantangan, meskipun fasilitas telah menangani pasien DMT2 secara rutin. Sehingga perlunya adanya pendekatan melalui perbaikan dan pengendalian pola makan. Apabila tidak dikendalikan, pola makan yang buruk dapat memperburuk kondisi pasien DMT2 dan meningkatkan

risiko terjadinya komplikasi. Penting untuk menyelidiki tingkat korelasi antara pola makan dan kejadian pada pasien DMT2.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti menemukan permasalahan prevelensi DMT2 semakin meningkat dan kebiasaan pola makan buruk merupakan salah satu faktor penyebab DMT2. Dengan alasan tersebut, penelitian yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur” perlu dilakukan untuk mengisi kekurangan informasi mengenai hubungan pola makan dengan kejadian DMT2.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan oleh latar belakang, maka peneliti merumuskan pertanyaan “Apakah Terdapat Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian DMT2 di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi gambaran pola makan pada pasien yang menjadi responden di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur.
- 2) Mengidentifikasi apakah responden menderita Diabetes Melitus atau tidak Diabetes Melitus di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur.

- 3) Mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kejadian DMT2 pada pasien di Puskesmas Pasar Rebo Jakarta Timur.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian diharap bisa menambah pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan masyarakat, khususnya pengelolaan penyakit kronis. Hasil penelitian, diharap meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya pengaturan pola makan sehat, sebagai faktor utama dalam pencegahan DMT2.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Masyarakat

Studi ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya di kalangan penderita DMT2, tentang pentingnya mengikuti pola makan bergizi dan menjalani pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk menjaga kualitas hidup.

1.4.2.2 Bagi Puskesmas Pasar Rebo

Bagi Puskesmas Pasar Rebo, hasil penelitian diharap menjadi sumber data evaluasi ke depan untuk perencanaan program pelayanan kesehatan, khususnya pengelolaan penyakit tidak menular, serta membantu mengidentifikasi masalah pola makan pada pasien DMT2.

1.4.2.3 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan untuk penelitian selanjutnya dan bisa digunakan sebagai sumber referensi.