

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus adalah gangguan metabolik kronis yang ditandai oleh kondisi hiperglikemia, yang disebabkan oleh gangguan pada sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya, sehingga mengakibatkan ketidakseimbangan regulasi glukosa dalam tubuh. Diabetes adalah penyakit metabolik yang hingga kini masih menjadi ancaman masalah global (Perkeni, 2021).

Diabetes melitus merupakan suatu kondisi dimana tubuh mengalami resistensi insulin, baik absolute maupun relative dan juga adanya abnormalitas kerja sel beta pankreas. Pada saat produksi insulin dari sel beta pankreas tidak bekerja secara optimal guna mengoptimalkan peningkatan resistensi insulin, maka kondisi tersebut akan mengakibatkan peningkatan kadar gula darah dan terjadi hiperglikemia kronik. Hiperglikemia kronis pada penderita dengan DM Tipe II menimbulkan kerusakan progresif pada sel beta pankreas serta meningkatkan resistensi insulin, yang pada akhirnya memperberat disfungsi metabolik dan memperburuk perjalanan penyakit diabetes secara keseluruhan (Decroli, 2019).

Diabetes menjadi salah satu ancaman kesehatan global yang harus benar benar ditanggulangi dan diperhatikan secara maximal kejadiannya. Hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan kasus diabetes melitus yaitu menunjukkan prevalensi mencapai angka 8,5% dan setara dengan sekitar 20,4 juta jiwa yang terdiagnosis DM yang diperoleh dari laporan hasil Riskesdas 2018 Perkeni (2021). Menurut data Riskesdes 2018, Provinsi Lampung menjadi salah satu yang mengalami peningkatan kasus diabetes dengan prevalensi yaitu 0,7% pada 2013 dan mengalami peningkatan menjadi 1,4%. Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi diabetes melitus pada kelompok semua umur yaitu 1,7% Kemenkes (2023). Hasil laporan kesehatan dasar tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes melitus

1,5% (Kemenkes RI, 2018). Peningkatan kasus diabetes melitus di Indonesia sejalan dengan peningkatan angka obesitas menjadi salah satu pemicu terjadinya diabetes dimana peningkatan itu dapat dilihat melalui hasil Laporan Riskesdas yaitu 14,8% tahun 2013 dan menjadi 21,8% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Obesitas sentral pada individu dengan diabetes melitus berperan dalam meningkatkan kadar glukosa darah serta memperparah resistensi insulin melalui mekanisme gangguan metabolisme lemak dan inflamasi kronis tingkat rendah, dengan peningkatan lemak tubuh bagian atas (lemak abdominal dan lemak intra-abdomen), kadar trigliserida, kadar lipid, dan lemak pankreas akan mengalami peningkatan. Dengan adanya peningkatan pada asam lemak maka akan mengakibatkan resistensi insulin (Klein et al., 2022). Hal ini didukung oleh hasil penelitian Adwinda & Srimati (2019) menemukan adanya hubungan signifikan antara obesitas sentral dan diabetes melitus ($p < 0,05$) penelitian tersebut menunjukkan korelasi positif, yang mengindikasikan bahwa peningkatan lingkar perut berbanding lurus dengan peningkatan kadar gula darah. Selain itu, studi lain juga mengemukakan hal serupa bahwa obesitas sentral meningkatkan faktor resiko diabetes melitus dan mengakibatkan terjadinya resistensi insulin (Purwanto & Widyanto, 2023).

Pengetahuan memiliki kontribusi pada kondisi tingginya kasus suatu penyakit, termasuk Diabetes Melitus tipe II. Pengetahuan yang dimiliki seseorang menumbuhkan untuk menjalani perilaku hidup sehat. Pengetahuan manusia umumnya terbentuk melalui pengalaman pribadi maupun hasil pembelajaran dari pengalaman orang lain. Pengetahuan merupakan hal penting dalam proses pembentukan perilaku Darsini et al. (2019). Menurut Aziz, Muriman, & Burhan (2020), pada penelitiannya mengatakan bahwa pengetahuan memiliki hubungan dengan penderita DM dalam melakukan gaya hidupnya. Hal ini dibuktikan yang menunjukkan bahwa proporsi responden dengan tingkat pengetahuan baik sebesar 44,7% lebih rendah dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang, yaitu sebesar 55,3%. Diperoleh nilai signifikan $p \text{ value} = 0,003 < \alpha = 0,05$ yang

artinya terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan gaya hidup bagi penderita DM yang berobat Puskesmas Meomeo Kota Baubau. Penatalaksanaan yang harus

Menurut Perkeni (2021), perilaku hidup yang harus diterapkan dalam penatalaksanaan diabetes melitus yaitu pengaturan pola makan. Bagi penderita ini yang memiliki pola makan tidak baik akan mengakibatkan peningkatan kadar gula darah, sehingga meningkatkan risiko komplikasi (Sami et al., 2017). Menurut Kemenkes (2022), prinsip pengelolaan asupan bagi penderita DM yaitu mengacu pada 3J yaitu jadwal, jumlah, dan jenis. Serat adalah turunan dari zat gizi karbohidrat yang kedudukannya sangat dibutuhkan bagi penderita diabetes karena konsumsi serat yang tinggi dapat memperlambat perubahan dari karbohidrat menjadi gula, serat yang dikonsumsi dengan jumlah yang cukup mampu menunda pengosongan lambung serta memperlambat jalannya proses pencernaan makanan. Lambatnya proses pencernaan menyebabkan penurunan dalam penyerapan zat gizi, termasuk glukosa. Pengosongan lambung yang tertunda serta proses pencernaan yang melambat, menekan rasa lapar dan membantu dalam mengontrol kadar glukosa darah (Sunarti, 2017). Paruntu et al. (2018) menemukan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi serat dan kadar gula darah. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Audina et al, (2018) terkait konsumsi serat pada penderita diabetes melitus memperoleh hasil ($P < 0,05$) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan kadar gula darah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2018) terkait korelasi kadar kolesterol pada penderita diabetes melitus memperoleh hasil adanya korelasi yang meningkat pada individu yang memiliki kadar kolesterol tinggi, meningkatnya kadar GDP juga berkaitan dengan meningkatkan kadar kolesterol, artinya jika kadar kolesterol meningkat maka GDP juga akan meningkat kadarnya. Metode penelitian lain yang dilakukan oleh peneliti juga memperoleh hasil ($P < 0,05$) yang memperoleh hasil kelompok dengan kadar kolesterol yang tinggi rata rata memiliki kadar gula darah 2 jam PP yang tinggi juga.

Puskesmas Hajimena adalah salah satu Puskesmas yang aktif pada kegiatan Prolanisnya. Kegiatan yang biasa dilakukan pada anggota Prolanis yaitu senam sehat setiap hari Jumat. Jumlah anggota Prolanis diabetes melitus yang aktif berkegiatan yaitu sebanyak 40 anggota.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada bagian latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana gambaran pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral, serta kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Mengetahui gambaran pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral serta kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis Puskesmas Hajimena tahun 2025

2. Tujuan Khusus:

- a. Diketahui gambaran pengetahuan penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025.
- b. Diketahui gambaran asupan serat pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025.
- c. Diketahui gambaran asupan kolesterol pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025.
- d. Diketahui gambaran obesitas sentral (lingkar perut) pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025.
- e. Diketahui gambaran kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah

informasi dengan mengetahui gambaran pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral serta kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis Puskesmas Hajimena.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian dapat dijadikan pandangan terhadap gambaran pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral serta kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II anggota Prolanis Puskesmas Hajimena. Serta dapat dijadikan acuan oleh puskesmas dalam upaya meningkatkan penatalaksanaan dan menentukan terapi terhadap pasien DM.

b. Bagi Ilmu Pengetahuan

Dapat dijadikan tambahan wawasan terhadap mahasiswa dan refrensi penelitian yang selanjutnya dan juga menambah pengetahuan dasar bagi masyarakat, keluarga dan penderita diabetes melitus.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif dengan variabel pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral serta kadar gula darah. Penelitian ini dilaksanakan pada April 2025. Subjek penelitian ini adalah seluruh anggota prolanis penderita DM Puskesmas Hajimena yang ditentukan dengan cara *aksidental sampling*. Metode pengumpulan data yaitu melalui pengukuran lingkar perut untuk melihat obesitas sentral, observasi hasil laboratorium untuk melihat kadar gula darah, menyebarkan angket pengetahuan untuk melihat tingkat pengetahuan responden dan wawancara dengan menggunakan *SQ FFQ (Semi-Quantitatif Food Frequency)* dilengkapi dengan contoh bahan makanan yang digunakan untuk mengetahui asupan serat dan kolesterol pada penderita diabetes melitus tipe - II anggota Prolanis di Puskesmas Hajimena.