

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi di Indonesia maupun Dunia yaitu diabetes melitus.(ADA, 2010). Diabetes melitus merupakan penyakit yang terjadi pada sistem metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia dan terjadi karena adanya kelainan pada sekresi insulin.(Sri Darmawan, 2019). Diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi pada sistem endokrin karena adanya kerusakan pada sel β pankreas sehingga terjadi kekurangan insulin. (Imelda, 2019). Diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi dalam waktu jangka panjang atau kronis, dimana kondisi ketika peningkatan kadar glukosa darah terjadi karena tubuh tidak dapat memproduksi cukup hormon insulin atau tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif.(IDF Diabetes Atlas, 2021).

Diabetes mellitus (DM) telah menjadi masalah Kesehatan dunia insidensi dan pravelensi penyakit ini terus meningkat baik di negara berkembang maupun negara jumlah penderita diabetes diseluruh dunia pada tahun 1990 tercatat sebesar 80 juta jiwa yang meningkat secara drastic menjadi 110,4 juta jiwa dalam waktu 4 tahun. Angka ini terus meningkat hingga 239,3 juta jiwa menjelang tahun 2010, dan diperkirakan akan terus melambung hingga menyentuh angka 300 juta jiwa pada tahun 2025.

World Health Organization (WHO) memperkirakan lebih dari 364 juta orang diseluruh dunia mengidap diabetes mellitus dan di Association Of South East Asian Nations (ASEAN) sebanyak 19,4 juta jiwa pada tahun 2010. Jumlah ini kemungkinan akan meningkat dari dua kali lipat pada tahun 2030 jika tanpa intervensi. WHO memprediksi kenaikan jumlah penyandang diabetes mellitus di Indonesia dari 8,43 juta jiwa pada tahun 2000 menjadi 21,257 juta jiwa pada tahun 2030. Data tersebut menempatkan posisi Indonesia di peringkat ke 4 negara dengan jumlah penderita terbanyak setelah cina, India. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah 13,7 juta orang dan berdasarkan pola pertambahan penduduk diperkirakan pada 2030 ada 20,1 juta penderita diabetes

dengan tingkat prevalensi 14,7 persen untuk daerah urban dan 7,2 persen di rural. Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 oleh Departemen Kesehatan, menunjukkan bahwa pravelensi diabetes mellitus di Indonesia untuk usia diatas 15 tahun sebesar 6,9%.

Pravelensi diabetes mellitus di Indonesia mengalami peningkatan dari 1,1% (2007) menjadi 2,1% (2013) berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti didesa Sumut Kecamatan KotaPinang terdapat 111 kasus diabetes mellitus yang terdiri dari 96 perempuan dan 15 laki-laki pada tahun 2015. Terdapat 86 kasus diabetes mellitus yang terdiri dari 75 perempuan dan 11 laki-laki pada bulan Januari sampai September tahun 2016. Penderita diabetes mellitus yang rutin mengontrol kadar gula darahnya setiap tahun di Puskesmas Sisumut sekitar 100 penderita.

Hasil survei awal menunjukkan 7 dari 10 penderita diabetes mellitus mengalami kadar gula darah yang tidak terkontrol >200 mg/dl dengan indeks massa tubuh >25 kg/m². Pada penderita yang kadar gula darahnya tidak terkontrol dijumpai indeks massa tubuh yang berlebih. Tingginya variasi berat badan dan tinggi badan serta banyaknya masalah pengontrolan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus didaerah tersebut memicu peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di desa Sumut Kecamatan Kotapinang.

Beberapa gejala dan keluhan yang perlu diketahui bagi penderita DM yaitu gejala awal, gejala akut dan gejala kronis. Gejala awal yaitu :

1. Poliuria, adalah seringnya buang air kecil terutama pada malam hari dengan volume banyak. Kondisi ini disebabkan oleh tingginya kadar gula darah yang tidak bisa ditoleransi oleh ginjal dan agar urin yang dikeluarkan tak terlalu pekat, ginjal harus menarik banyak cairan dari dalam tubuh
2. Polidipsia, adalah peningkatan rasa haus yang disebabkan dari kondisi sebelumnya yaitu poliuria yang menyebabkan dehidrasi ekstrasel sehingga penderita akan minum terus menerus untuk mengobati rasa hausnya.
3. Polifagia, adalah seringnya merasa lapar yang luar biasa. Hal ini disebabkan karena gula darah yang tidak bisa masuk kedalam sel, dimana sel-sel tubuh tidak dapat menyerap glukosa akibatnya tubuh secara keseluruhan

kekurangan energy dan lemas sehingga sel- sel akan mengirim sinyal lapar ke otak untuk menggerakkan penderita makan terus menerus. Pada fase ini penderita menunjukkan berat badan yang terus naik atau bertambah gemuk.

Gula darah atau dikenal dengan glukosa darah merupakan unsur nutrient utama yang langsung digunakan untuk metabolisme sel. Glukosa dalam tubuh berfungsi sebagai sumber energi atau kalori. Glukosa dalam darah berasal dari penyerapan usus dari makanan yang mengandung karbohidrat dan sebagian dari pemecahan simpanan energi dalam jaringan (glikogen). Pengaturan kadar glukosa darah pada keadaan normal glukosa dipertahankan antara 70-110mg/dl. Selama periode puasa pankreas secara terus menerus mensekresi insulin dalam jumlah sedikit, sementara glukagon dilepaskan ketika kadar glukosa menurun menstimulasi hati untuk melepaskan cadangan glukosanya. Sehingga insulin dan glukagon bersama-sama berperan dalam mempertahankan kadar glukosa darah. Setelah 8 -12 jam tanpa makanan, hati akan memecah glikogen dari non karbohidrat, termasuk asam amino menjadi glukosa, yang kemudian dimanfaatkan sel untuk metabolisme dan energi sel.

Pola makan adalah jumlah asupan bahan makanan yang di konsumsi. Pola makan termasuk gaya hidup dalam memilih jenis makanan dan jumlah nya. Perubahan pola makan dapat di sebabkan oleh peningkatan atau perubahan ekonomi seseorang, banyaknya makanan kekinian ala luar negeri, sibuk nya pekerjaan dan tidak diimbangi dengan pengetahuan gizi seimbang. (Timah, 2019). Pengaturan pada pola makan yang tidak tepat seperti 3J (Jadwal, Jumlah, dan Jenis) dapat menimbulkan peningkatan kadar gula darah.(Susanti, 2018). Pola makan yang baik dan benar harus diketahui oleh penderita diabetes melitus dalam mengatur pola makan sehari-hari. Jumlah kalori yang dianjurkan untuk penderita diabetes melitus adalah makan sering dengan porsi kecil dan gizi seimbang tidak dianjurkan untuk makan dalam porsi yang besar. (Edy Mulyono, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus pada masyarakat di Kabupaten Gowa bahwa terdapat hubungan bermakna antara pola makan dari segi kecukupan

karbohidrat, dan lemak dengan kejadian diabetes melitus pada masyarakat usia >40 tahun di Kabupaten Gowa dengan nilai $p\text{ value} = 0,00$ dimana nilai $\alpha < 0,05$. (Amirah, 2022). Didukung dengan penelitian Timah (2019) menjelaskan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan pola makan yang tidak sehat lebih beresiko terkena diabetes melitus dengan nilai $p\text{ value} = 0,004$ dimana nilai $\alpha < 0,05$. Penelitian ini berbanding terbalik pada penelitian menurut Akilakanya (2021) tentang hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus menunjukkan hasil bahwa tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara pola makan dan kejadian diabetes mellitus pada penderita diabetes melitus dengan nilai $p\text{ value} = 0,078$ dimana nilai $\alpha > 0,05$.

Berdasarkan latar belakang diatas permasalahan yang peneliti temukan adalah adanya angka kejadian yang cukup tinggi tentang pola makan yang tidak sehat sehingga menyebabkan kejadian diabetes melitus. Dengan adanya masalah diatas maka penelitian ini perlu dikembangkan, dan dapat berguna untuk masyarakat. Sehingga peneliti tertarik untuk mengambil judul “Hubungan antara Pola Makan dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas padang bulan Sumatra utara.

Dari Prevarensi penyakit dm di puskesmas Kalangan Kabupaten Tapanuli Tengah Mulai bulan Januari sampai juni 2026 berjumlah 124 orang dan penyakit dm merupakan penyakit dengan peringkat ke 3 Besar dipuskesmas tersebut

B. Rumusan Masalah

Apakah ada Hubungan antara Pola Makan dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes di Puskesmas kalangan kabupaten tapanuli tengah.

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas kalangan kabupaten Tapanuli Tengah

D. Manfaat Penelitian

Untuk menambah pengetahuan tentang hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas kalangan kabupaten tapanuli tengah.