

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu tantangan dalam peningkatan kualitas kesehatan saat ini adalah terjadinya peralihan jenis penyakit, dari penyakit yang bersifat menular menjadi penyakit tidak menular (PTM). Tingginya jumlah kasus PTM berdampak pada menurunnya tingkat produktivitas dan terganggunya kegiatan sehari-hari. Berdasarkan data dari WHO, PTM merupakan penyebab utama kematian secara global, mencakup 63% dari total kematian setiap tahun, yaitu lebih dari 36 juta kasus. Penyakit kardiovaskular berada pada urutan pertama dengan angka kematian mencapai 17,3 juta jiwa, diikuti oleh kanker (7,6 juta), gangguan pernapasan (4,2 juta), dan diabetes (1,3 juta), yang secara keseluruhan menyumbang 80% dari total kematian akibat PTM. Gaya hidup masyarakat saat ini, seperti konsumsi makanan yang tidak seimbang, kebiasaan merokok, serta mengonsumsi alkohol, turut mempercepat peningkatan penyakit degeneratif yang membahayakan kesehatan masyarakat (Kemenkes, 2019).

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang terjadi ketika tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin secara efektif, atau produksi insulin tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Kondisi ini mengakibatkan peningkatan kadar glukosa dalam darah. Insulin yang dihasilkan pankreas berfungsi memindahkan glukosa dari aliran darah ke dalam sel tubuh untuk digunakan sebagai sumber energi. Keadaan hiperglikemia, yakni meningkatnya kadar gula darah, merupakan tanda utama dari DM, yang disebabkan oleh gangguan sel dalam merespons kerja insulin secara optimal (IDF, 2021).

Prevalensi Diabetes melitus tipe 2 menyumbang sekitar 90% dari total kasus diabetes, penyakit ini termasuk salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami masyarakat, baik di Indonesia maupun di dunia, dan menjadi masalah kesehatan yang serius. Diabetes mellitus juga menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular yang menjadi prioritas penanganan global. Bahkan, penyakit ini sudah masuk dalam

agenda Tujuan Pembangunan Berkelanjutan 2030 (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan laporan *International Diabetes Federation* (IDF) dalam Atlas edisi ke-10, diabetes dikategorikan sebagai salah satu masalah kesehatan global dengan laju pertumbuhan tercepat di abad ke-21. Pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes di seluruh dunia diperkirakan mencapai sekitar 537 juta jiwa. Angka ini diprediksi akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030, dan terus bertambah hingga mencapai 783 juta pada tahun 2045. Selain itu, terdapat kelompok populasi yang mulai menunjukkan peningkatan kadar glukosa darah atau berada dalam kondisi pradiabetes, yaitu saat toleransi glukosa tubuh mulai terganggu. Pada tahun 2021, jumlah individu dalam kategori ini diperkirakan sekitar 541 juta orang. Diabetes juga menjadi penyumbang signifikan terhadap angka kematian pada kelompok usia dewasa 20–79 tahun, dengan lebih dari 6,7 juta kasus kematian akibat komplikasi yang berkaitan dengan penyakit ini (Saraswati, 2022).

Di Indonesia, diabetes melitus (DM) menjadi penyebab kematian ketiga terbesar, dengan angka 6,7%, setelah stroke (21,1%) dan penyakit jantung (12,9%). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi DM di Indonesia tercatat sebesar 1,5%, lalu meningkat menjadi 2,0% pada Riskesdas tahun 2018, yang menunjukkan kenaikan sebesar 0,5%. Selain itu, prevalensi DM yang diketahui melalui pemeriksaan darah pada penduduk usia di atas 15 tahun juga mengalami peningkatan, dari 6,9% menjadi 8,5% pada tahun 2018. Data tersebut mengindikasikan bahwa sekitar 25% dari penderita diabetes merupakan kasus baru (Riskesdas, 2018 dalam jurnal Resti and Cahyati, 2022).

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2021, jumlah penderita Diabetes Mellitus (DM) di Jawa Barat tercatat sekitar 925.750 orang. Kemudian pada tahun 2022, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat melaporkan sebanyak 644.704 orang menderita DM, kemudian angka ini meningkat menjadi 645.390 orang pada tahun 2023, dengan kenaikan sebesar 0,11% (Dinas Kesehatan

Provinsi Jawa Barat, 2024).

Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, jumlah prevalensi diabetes mellitus (DM) di Kota Tasikmalaya hingga akhir tahun 2022 mencapai 9.729 kasus, dengan tren peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2023, jumlah kasus DM mengalami kenaikan signifikan hingga mencapai 11.782 kasus, dengan Puskesmas Mangkubumi tercatat menjadi puskesmas yang memiliki jumlah penderita tertinggi di Tasikmalaya, yaitu 1.698 orang pada tahun 2023, Pada bulan April 2025, tercatat jumlah penderita DM tipe 2 yang terdaftar di Puskesmas Mangkubumi sebanyak 180 orang (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024).

Pengendalian diabetes melitus dapat ditempuh melalui empat komponen utama, yaitu pemberian edukasi, terapi gizi medis atau pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, serta pemberian obat-obatan medis. Agar pengelolaan penyakit ini dapat berjalan secara optimal, diperlukan komitmen pasien dalam melaksanakannya secara konsisten. Salah satu aspek yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pengendalian diabetes melitus adalah kedisiplinan pasien dalam mengatur pola makan (Fandinata and Ernawati, 2020).

Pola makan adalah upaya untuk mengatur jumlah, jadwal serta jenis makanan yang dikonsumsi tubuh guna memelihara kesehatan, mempertahankan status gizi, mencegah gangguan kesehatan, serta mendukung pemulihan kondisi tubuh. Selain itu, pola makan juga mencerminkan kebiasaan sehari-hari dalam mengonsumsi makanan, yang bertujuan menjaga keseimbangan asupan gizi agar tidak terjadi penumpukan di dalam tubuh (Soelistijo *et al.*, 2019). Berdasarkan Rischesdas tahun 2018, pengaturan pola makan pada penderita diabetes melitus perlu disesuaikan dengan kebutuhan energi masing-masing individu. Pengaturan ini mencakup jumlah, jenis, dan waktu makan, yang dikenal dengan istilah 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal). (Kemenkes RI, 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hariawan *et al.* (2019) pola makan yang kurang sehat dapat memicu ketidakseimbangan antara karbohidrat dan zat gizi lain yang diperlukan tubuh. Hal ini dapat menyebabkan kadar gula darah meningkat melampaui kemampuan pankreas untuk mengelolanya, sehingga berisiko mengakibatkan diabetes melitus. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Diwanta *et al.* (2023) menunjukkan bahwa nilai p sebesar 0,015 ($p < 0,05$) dengan nilai Odds Ratio pada Confidence Interval 95% adalah 0,222. Temuan tersebut mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian diabetes melitus. Seseorang dengan pola konsumsi makanan yang kurang sehat memiliki peluang sekitar 0,23 kali lebih tinggi untuk mengalami diabetes melitus dibandingkan individu yang memiliki pola makan sehat

Mengacu pada penjelasan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti terdorong untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Gambaran Pola Makan pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Pola Makan pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran Pola Makan pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025

2. Tujuan Khusus

- a. Memahami karakteristik meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lama sakit penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran jumlah asupan makan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya

- c. Mengetahui gambaran jenis makanan yang dikonsumsi penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya
- d. Mengetahui gambaran jadwal makan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai pola makan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi, Kota Tasikmalaya. Hasil yang diperoleh dapat dimanfaatkan sebagai landasan acuan bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi serta masukan bagi peneliti selanjutnya terkait gambaran pola makan pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan ilmu dan menjadi bacaan serta referensi untuk penelitian selanjutnya.

c. Bagi Penderita DM

Sebagai bahan informasi bagi penderita khususnya terkait gambaran pola makan pasien Diabetes Melitus Tipe 2

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat luas agar lebih memperhatikan bagaimana pola makan pada pengidap diabetes melitus tipe 2.