

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular atau disebut dengan PTM merupakan penyakit non infeksi yang apabila dibiarkan maka akan menjadi penyakit kronik dan menyebabkan organ atau jaringan tubuh memburuk. PTM disebabkan karena kualitas hidup seseorang yang kurang baik dan atau faktor keturunan yang menyebabkan pertumbuhan sel pada tubuh menjadi tidak normal (Kemenkes RI, 2022). Dari data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, sekitar 71% meninggal disebabkan oleh PTM. Menurut Arianie (2019) salah satu kategori penyakit yang termasuk ke dalam PTM adalah Diabetes Melitus.

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit metabolik yang memengaruhi metabolisme zat gizi makro. Penyakit ini ditandai dengan kadar gula darah yang melampaui batas normal akibat gangguan pada produksi atau fungsi kerja insulin, atau keduanya (PERKENI, 2021). Diabetes Melitus tipe 2 adalah jenis yang paling sering ditemukan, yaitu mencapai sekitar 90% dari seluruh kasus Diabetes Melitus (Nita, 2021). Gaya hidup tidak sehat menjadi penyebab utama Diabetes Melitus tipe 2, seperti pola makan dengan asupan gizi yang rendah, aktivitas fisik yang minim, dan kebiasaan merokok (Fatimah, 2015).

Pada tahun 2021, prevalensi penderita Diabetes Melitus mencapai 10,8%, di mana Indonesia menempati urutan kelima di Asia (Pahlevi, 2021). Jika dilihat dari jenis kelamin, perempuan lebih tinggi yaitu sebesar 1,8% dibandingkan dengan laki-laki sebesar 1,2%, sedangkan menurut kelompok usia, prevalensi pada rentang usia 55–64 tahun tercatat 6,3% yang tergolong tinggi jika dibandingkan dengan tahun 2013 pada kelompok usia yang sama yaitu 4,8% (Riskesmas, 2018). Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyebutkan bahwa prevalensi Diabetes Melitus pada seluruh kelompok usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada tahun 2023.

Menurut data Riskesdas (2018) prevalensi Diabetes Melitus di Provinsi Jawa Barat sejak tahun 2018 mengalami kenaikan menjadi 1,7% dibandingkan pada tahun 2013 yaitu 1,5%. Data Profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2021) menunjukkan jumlah penderita Diabetes Melitus dari 10 Kecamatan yaitu sekitar 9.729 jiwa dan merupakan 10 PTM dengan penderita terbanyak di Kota Tasikmalaya yaitu sebesar 77,91%. Sedangkan Data Profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2023) berdasarkan wilayah, Puskesmas Indihiang termasuk dalam 10 Puskesmas dengan penderita terbanyak, tetapi kurang dari 50% yang mendapatkan pelayanan kesehatannya.

Melalui pengaturan pola makan disertai pemilihan asupan gizi seimbang untuk mengendalikan kadar gula. Makanan yang dikonsumsi sehari-hari mencakup zat gizi makro serta zat gizi mikro. Unsur yang diperlukan tubuh dalam jumlah lebih banyak itu zat gizi makro sebab berfungsi sebagai sumber energi, mendukung pertumbuhan serta aktivitas fisik harian (Sharlin & Edelstein, 2016). Dengan mempertahankan kadar gula darah tetap stabil dan memperhatikan asupan zat gizi, maka risiko terjadinya hipoglikemia maupun hiperglikemia dapat diminimalkan. Hipoglikemia adalah kondisi ketika gula darah turun di bawah batas normal, sedangkan hiperglikemia adalah keadaan meningkat melebihi ambang normal (Irianto, 2015).

PERKENI (2021) menjelaskan salah satu penatalaksanaan Diabetes Melitus adalah melalui pemberian terapi gizi. Terapi gizi dilakukan dengan menata pola makan harian, termasuk mengatur komposisi zat gizi makro. Rekomendasi asupan karbohidrat adalah sebesar 45–65% dari total kebutuhan energi, dengan prioritas pada karbohidrat kompleks yang dapat membantu menstabilkan penyerapan gula darah. Asupan protein disarankan yaitu 10–20% dari total kebutuhan kalori, dan konsumsi protein hewani dengan kandungan lemak jenuh (saturated fatty acid) yang tinggi sebaiknya dibatasi. Untuk asupan lemak, dianjurkan sebesar 20–25% dari kebutuhan kalori dengan mengutamakan lemak tidak jenuh serta membatasi asupan lemak jenuh maupun lemak trans.

Selain itu penanganan Diabetes Melitus diantaranya dengan pemberian edukasi. Edukasi terkait gizi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang mengenai makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan yang cukup tentang penyakit dapat memengaruhi perilaku makan. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakit Diabetes Melitus akan cenderung lebih memahami pentingnya memilih pola makan yang baik dan sehat untuk mengontrol kadar gula darahnya (Indirawaty *et al.*, 2021).

Berdasarkan pernyataan tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti dapat merumuskan masalah terkait "Bagaimana Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya ?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diabetes Melitus Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk memperoleh gambaran mengenai karakteristik responden pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.
- b. Untuk menggambarkan kondisi asupan energi pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.
- c. Untuk mendeskripsikan pola asupan karbohidrat pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.
- d. Untuk mengetahui gambaran asupan protein pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.
- e. Untuk mengetahui gambaran asupan lemak pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

- f. Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan mengenai penyakit Diabetes Melitus pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan pengalaman mengenai gambaran asupan energi, zat gizi makro, dan tingkat pengetahuan mengenai Diabetes Melitus pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

b. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menjadi motivasi dan dorongan bagi masyarakat untuk lebih peduli dalam memerhatikan asupan energi, zat gizi makro, dan tingkat pengetahuan mengenai Diabetes Melitus, khususnya bagi penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

c. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit Diabetes Melitus, serta asupan energi dan zat gizi makro penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya.

d. Bagi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai referensi atau dasar untuk penelitian sejenis di masa mendatang.

