

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular merupakan penyakit non-infeksi yang apabila tidak diatasi secara cepat dapat menyebabkan kondisi kesehatan tubuh menjadi semakin buruk. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, secara global penyakit tidak menular menjadi penyebab utama kematian di dunia, dengan angka kematian mencapai sekitar 43 juta jiwa. Diabetes termasuk dalam empat penyakit utama yang berkontribusi terhadap sekitar 80% dari seluruh kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular. Perkeni (2021) menyebutkan bahwa diabetes melitus adalah penyakit metabolik yang ditandai oleh meningkatnya kadar gula dalam darah akibat gangguan produksi insulin atau gagalnya pemanfaatan insulin secara efektif oleh tubuh.

Dari seluruh kasus diabetes melitus, sekitar 90 - 95% penderita tergolong diabetes melitus tipe 2. Jenis diabetes ini banyak dijumpai pada kelompok usia produktif (18–59 tahun) maupun usia lanjut (≥ 60 tahun) (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Peningkatan kasus diabetes melitus tipe 2 ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti gaya hidup tidak sehat, genetik, kondisi lingkungan serta status sosial ekonomi (Shawputri *et al.*, 2024).

Secara global Indonesia menempati peringkat kelima di dunia sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes dewasa (usia 20–79 tahun) tertinggi, dengan prevalensi mencapai 11,3% atau sekitar 20,4 juta kasus pada tahun 2024 (IDF, 2025). Peningkatan prevalensi tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus menjadi tantangan besar bagi upaya peningkatan kualitas hidup masyarakat dan sistem kesehatan nasional. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes melitus pada seluruh kelompok usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada tahun 2023. Di tingkat daerah, menurut Riskesdas (2018) prevalensi Diabetes Melitus di Provinsi Jawa Barat mencapai 1,74% atau sebanyak 570.611 penderita.

Di Kota Tasikmalaya prevalensi diabetes melitus mengalami peningkatan signifikan, dari 9.729 penderita pada tahun 2021 menjadi 11.782 penderita pada tahun 2024. Selain itu, Puskesmas Purbaratu tercatat sebagai

puskesmas dengan jumlah penderita diabetes melitus tertinggi ke-3 di Kota Tasikmalaya (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024). Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Purbaratu menunjukkan peningkatan jumlah penderita diabetes melitus, dari 274 penderita pada tahun 2024 menjadi 336 penderita pada tahun 2025. Survei singkat pada 15 penderita diabetes melitus tipe 2 di Kelurahan Sukanegara menunjukkan bahwa sebanyak 80% penderita memiliki pengetahuan rendah mengenai diet diabetes melitus. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan Tenaga Pelaksana Gizi, Bapak Ilham, yang menyatakan bahwa belum ada penelitian yang mengkaji asupan energi, zat gizi, dan tingkat pengetahuan pasien terkait diet diabetes melitus di wilayah tersebut.

Diabetes melitus tipe 2 merupakan bentuk diabetes yang paling umum dan dipengaruhi oleh faktor genetik serta lingkungan. Faktor seperti riwayat keluarga, usia, dan etnis tidak dapat diubah, tetapi gaya hidup termasuk aktivitas fisik, merokok, dan pola makan masih bisa diperbaiki. Karena itu, pola makan berperan penting dalam risiko dan pengelolaan diabetes agar tidak terjadi hipoglikemia dan hiperglikemia (Kheriji *et al.*, 2022). Asupan zat gizi makro seperti energi, karbohidrat, protein, dan lemak yang berlebih terbukti berpengaruh terhadap kondisi diabetes melitus tipe 2 karena ketidakseimbangannya dapat memperburuk resistensi insulin dan kontrol glikemik (Adhelia dan Meilina, 2024; Nisrina *et al.*, 2024). Pola makan tinggi kalori dan karbohidrat sederhana dari makanan atau minuman berpemanis menyebabkan peningkatan glukosa darah yang cepat serta memicu resistensi insulin (Hosseini *et al.*, 2022; Abbasi dan Khodadadi, 2025; Kullmann *et al.*, 2025; Xu *et al.*, 2025).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa asupan makan penderita Diabetes Melitus di Kota Tasikmalaya masih belum sesuai dengan anjuran. Banyak penderita masih mengonsumsi karbohidrat dalam jumlah tinggi, seperti yang terlihat pada penelitian yang dilakukan oleh Atmadja, Marwah dan Husnul (2025) di Puskesmas Mangkubumi menunjukkan hasil bahwa 41% responden mengonsumsi karbohidrat melebihi kebutuhan dan lebih dari 60% memiliki gula darah puasa yang tidak terkontrol. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fauziyyah dan Nur (2025) juga menemukan bahwa 51,3% pasien tidak

memenuhi anjuran makan sayuran lebih dari tiga porsi per hari karena kurangnya pengetahuan. Selain itu, sekitar 50% responden masih sulit menghindari makanan tinggi lemak seperti santan, gorengan, cakwe, dan kulit ayam karena sudah menjadi kebiasaan dan merupakan makanan yang mereka sukai. Temuan penelitian tersebut mengindikasikan bahwa ketidakseimbangan asupan makronutrien, terutama karbohidrat dan lemak, berkaitan dengan meningkatnya kejadian diabetes melitus di Kota Tasikmalaya.

Permasalahan umum pada penderita diabetes melitus tipe 2 adalah kurangnya pemahaman mendalam mengenai gizi, meskipun mereka sudah memiliki pengetahuan dasar tentang penyakitnya. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki tingkat pengetahuan rendah hingga sedang, terutama terkait kandungan gizi dalam makanan (Sri *et al.*, 2021; Widiyanti *et al.*, 2021; Nabila *et al.*, 2022). Hasil penelitian di Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa sebagian besar penderita belum memahami prinsip diet diabetes melitus dan pengaturan porsi makan. Hal ini sejalan dengan hasil studi sebelumnya yang dilakukan oleh Fauziyyah dan Nur (2025) menunjukkan bahwa pengetahuan penderita terkait diet diabetes melitus berada di kategori rendah hingga sedang. Mayoritas responden berusia 40–65 tahun, dengan keterbatasan pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, kurangnya akses edukasi gizi berkelanjutan, dan kebiasaan makan yang sudah terbentuk (Nawangsih, 2025; Fauziyyah dan Nur, 2025). Pengetahuan yang cukup tentang Diabetes Melitus dapat mendorong perilaku makan sehat untuk mengontrol kadar gula darah (Malia dan Faizal, 2024).

Selain itu, salah satu bentuk penatalaksanaan pada penderita Diabetes Melitus adalah melalui pemberian edukasi. Untuk mendukung edukasi yang lebih terarah, diperlukan instrumen yang dapat menilai pengetahuan gizi secara spesifik pada aspek asupan makanan. Salah satu instrument yang banyak digunakan adalah *Diabetes Knowledge Questionnaire* (DKQ) dengan validitas $p < 0,05$ dan reliabilitas 0,75 (Cahyaningsih *et al.*, 2024). Selain itu, *Diabetes-Related Nutrition Knowledge Questionnaire* (DRNK-Q) yang dikembangkan oleh Han *et al.* (2019) menilai pemahaman tentang komposisi, porsi, dan frekuensi makan.

Instrumen DKQ valid dan reliabel untuk menilai pengetahuan dasar diabetes, namun tidak mengukur pengetahuan gizi secara spesifik. Sebaliknya, DRNK-Q menilai pengetahuan nutrisi dengan lebih rinci, tetapi tidak mencakup pengetahuan umum diabetes. Oleh karena itu, diperlukan modifikasi instrumen agar lebih komprehensif dan sesuai dengan konteks lokal. Berdasarkan hal ini, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji “Bagaimana Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi dan Tingkat Pengetahuan tentang Diet DM Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya?”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi dan Tingkat Pengetahuan tentang Diet DM Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi dan Tingkat Pengetahuan tentang Diet DM Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran asupan energi pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.
- c. Mengetahui gambaran asupan karbohidrat pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.
- d. Mengetahui gambaran asupan protein pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.
- e. Mengetahui gambaran asupan lemak pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.

- f. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang diet dm pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pemahaman peneliti mengenai gambaran asupan energi, zat gizi serta tingkat pengetahuan tentang diet dm pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Purbaratu Kota Tasikmalaya.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menjadi motivasi dan dorongan bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan asupan gizi serta meningkatkan pemahaman tentang gizi khususnya bagi penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Purbaratu, Kota Tasikmalaya.

3. Bagi Puskesmas

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk meningkatkan pemahaman penderita tentang gizi pada penyakit Diabetes Melitus, memperbaiki asupan zat gizi dan menjadi dasar dalam penyusunan intervensi gizi bagi penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Purbaratu, Kota Tasikmalaya.

4. Bagi Institusi

Diharapkan dapat berfungsi sebagai referensi dan materi acuan untuk penelitian di masa mendatang.