

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM), disebut juga sebagai penyakit jangka panjang, biasanya berlangsung dalam waktu lama dan disebabkan oleh berbagai faktor, baik genetik, fisiologis, lingkungan, serta perilaku. Di tahun 2016, PTM mengakibatkan 72% dari total kematian diseluruh dunia, yaitu hampir empat kali lebih banyak dibandingkan dengan kematian akibat penyakit menular, maternal, perinatal dan masalah gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan jumlah penderita yang terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan *International Diabetes Federation* pada Atlas edisi ke-11 (2025), tercatat sekitar 589 juta orang dewasa di dunia hidup dengan diabetes, dengan prevalensi sebesar 11,1 % pada kelompok usia 20–79 tahun. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 853 juta penderita pada tahun 2050. Di Indonesia sendiri, jumlah penderita diabetes juga menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, yaitu sekitar 20,4 juta jiwa dengan prevalensi sekitar 11,0 %, menempatkan Indonesia sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi (*International Diabetes Federation*, 2025).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 di tingkat provinsi, Jawa Barat memiliki prevalensi DM 2,2% pada penduduk usia 15 tahun ke atas yang telah didiagnosa oleh dokter. Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya pada tahun 2023 tercatat sebanyak 11.782 jiwa penderita DM di Kota Tasikmalaya. Puskesmas Tamansari pada tahun 2024 tercatat mencapai 750 penderita, angka ini menunjukkan peningkatan dari tahun sebelumnya 358 penderita (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024, 2025).

Kebiasaan makan memiliki peran yang penting terhadap perkembangan maupun pencegahan DM Tipe 2. Pola konsumsi yang didominasi oleh makanan olahan, tinggi gula, dan lemak jenuh, serta rendah asupan serat dan zat gizi lainnya dapat meningkatkan risiko terjadinya diabetes. Kebiasaan

makan yang tidak teratur seperti sering melewatkan sarapan atau mengonsumsi makanan dalam porsi besar pada malam hari juga dapat mengganggu metabolisme glukosa dan memperburuk pengendalian gula darah (Safitri & Krianto, 2021).

Kebiasaan makan juga memiliki peran penting dalam memengaruhi status gizi dan kesehatan metabolik, salah satunya dapat terlihat dari ukuran lingkaran perut. Kebiasaan makan yang didominasi oleh konsumsi makanan dan minuman tinggi gula, tinggi lemak, serta kebiasaan makan yang tidak seimbang diketahui berkaitan dengan peningkatan lingkaran perut pada orang dewasa. Lingkaran perut yang meningkat menunjukkan adanya perubahan jaringan tubuh yang berhubungan dengan gangguan metabolik, termasuk peningkatan kadar glukosa darah dan risiko DM Tipe 2 (Yin *et al.*, 2020; Zhang *et al.*, 2022). Pada penderita DM Tipe 2, umumnya memiliki nilai lingkaran perut di atas ambang batas normal dan menjadi salah satu indikator yang paling kuat. Lingkaran perut yang lebih besar memiliki risiko lebih tinggi mengalami DM Tipe 2, terlepas dari kondisi tubuh secara umum (Jayedi *et al.*, 2022; Jeon *et al.*, 2019).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Berdasarkan Lingkaran Perut pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2026”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimanakah “Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Berdasarkan Lingkaran Perut pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2026”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran Kebiasaan Makan dan Status Gizi Berdasarkan Lingkaran Perut pada Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Memahami karakteristik meliputi nama, usia, jenis kelamin, riwayat Diabetes Melitus keluarga dan lama sakit penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran kebiasaan makan pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.
- c. Mengetahui gambaran lingkaran perut pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada penderita diabetes agar tetap mengontrol Kebiasaan makan dan Lingkaran perut untuk mencegah risiko komplikasi.

2. Manfaat Ilmiah

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi untuk menambah wawasan bagi pembaca serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi serta masukan bagi peneliti selanjutnya terkait gambaran kebiasaan makan dan status gizi berdasarkan lingkaran perut pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.