

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Diabetes Mellitus merupakan gangguan kesehatan berupa kumpulan gejala yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula (glukosa) darah akibat resistensi insulin. Kurangnya insulin merupakan penyebab utama Diabetes Mellitus yang ditandai dengan ketidakrentanan dan berfungsi secara optimal dalam mengatur metabolisme glukosa dan akibat kadar glukosa darah meningkat (hiperglikemi) (Bustan, 2007).

Data hasil Riskesdas 2013, menunjukkan bahwa secara nasional kasus Diabetes Mellitus yang berdasarkan wawancara terjadi peningkatan dari 1,1 persen (2007) menjadi 2,1 persen (2013). Menurut data Dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah prevalensi kasus Diabetes Mellitus tidak tergantung insulin lebih dikenal dengan DM tipe II, 0,55% pada tahun 2012.

Dari data Dinas kesehatan Kabupaten Wonogiri, di Wonogiri jumlah penderita mellitus tipe 2 sebanyak 1230 dengan prevalensi 1,61 % dan penderita Diabetes Mellitus tipe 1 sebanyak 153 dengan prevalensi 0,20 % (Dinkes Kabupaten Wonogiri, 2013). Sedangkan jumlah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di wilayah kecamatan Puhpelem sebanyak 184 (Puskesmas Puhpelem, 2013).

Gejala-gejala awal penyakit Diabetes Mellitus seperti sering merasa haus yang disertai dengan banyak buang air kecil hanya diperhatikan sebagai hal biasa oleh masyarakat, setelah mengalami luka pada kaki, kelainan dalam

aktivitas berjalan atau kebutaan masyarakat baru menyadari bahwa dirinya terkena penyakit Diabetes Mellitus (Tjahjadi, 2002). Diabetes Mellitus bukan penyakit yang menakutkan tetapi hanya perlu pengendalian penderita untuk dapat hidup dengan penyakit Diabetes Mellitus. Diabetes Mellitus apabila diremehkan dapat menyerang seluruh anggota tubuh. Perawatan dan pengobatan Diabetes Mellitus yang tertib dan baik dapat mencegah komplikasi (Tjokroprawiro, 2006).

Pola makan merupakan salah satu terjadinya obesitas yang secara tidak langsung menyebabkan penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 (Kaban dkk, 2005). Selain pola makan faktor aktivitas fisik berpengaruh terhadap kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 karena sebagian besar penderita Diabetes Mellitus merupakan yang memiliki aktivitas kurang dan hanya melakukan olahraga satu kali dalam seminggu (Kaban dkk, 2005). Handayani (2003), dalam penelitiannya mengatakan bahwa perilaku olahraga atau aktivitas fisik yang kurang dari 2 kali seminggu mempunyai resiko 4,5 kali terkena Diabetes Mellitus tipe 2 dibandingkan mereka yang aktivitas fisik atau olahraganya teratur.

Proporsi aktivitas fisik tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1 persen. Terdapat 22 provinsi dengan penduduk aktivitas fisik tergolong kurang aktif berada di atas rerata Indonesia. Proporsi penduduk Indonesia dengan perilaku sedentari ≥ 6 jam perhari 24,1 persen. Lima provinsi diatas rerata nasional adalah Riau (39,1%), Maluku Utara (34,5%), Jawa Timur (33,9%), Jawa Barat (33,0%), dan Gorontalo (31,5%) (Riskesdas, 2013).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti ingin mengetahui lebih jauh hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 dengan melihat lebih jauh apakah pola makan dan aktivitas fisik juga berhubungan dengan kejadian Diabetes Mellitus di Puhpelem dengan melihat karakteristik responden yang berbeda dengan penelitian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka masalah dalam penelitian ini dapat diruuskan “Apakah terdapat hubungan pola makan dan aktivitas fisik penderita Diabetes Mellitus dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 di Kecamatan Puhpelem Kabupaten Wonogiri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 di kecamatan Puhpelem kabupaten Wonogiri.

2. Tujuan Khusus :

- a. Menganalisis hubungan pola makan dengan Diabetes Mellitus tipe 2.
- b. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan pengetahuan mengenai pola makan dan aktivitas fisik yang berisiko terhadap penyakit Diabetes Mellitus tipe 2.

2. Bagi Instansi Puskesmas Puhpelem

Sebagai salah satu informasi mengenai penderita Diabetes Mellitus tipe 2 terkait faktor risiko terjadinya Diabetes Mellitus tipe 2.

3. Bagi Masyarakat Umum

Dapat memberi pengetahuan dan informasi tentang faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 serta dapat melakukan pencegahan untuk mengurangi faktor risiko tersebut.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar referensi yang digunakan dalam penelitian selanjutnya. Sehingga menghasilkan penelitian yang lebih baik dan bermanfaat.

E. Keaslian Penelitian

Sepanjang pengetahuan peneliti, belum ada penelitian serupa yang dilaksanakan di Wilayah Kecamatan Puhpelem Kabupaten Wonogiri. Adapun penelitian penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Putro (2011) telah melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 (Studi

Kasus di Poliklinik Penyakit dalam Rumah Sakit Dr. Kariadi). Tujuan penelitian ini faktor-faktor risiko yang berhubungan terhadap kejadian DM tipe 2 dan mengukur besarnya risiko faktor-faktor risiko tersebut. Metode penelitian: Desain penelitian ini adalah kasus-kontrol tanpa *matching*. Populasi studi adalah pasien rawat jalan di RSUP Dr. Kariadi. Jumlah sampel 60 orang dengan 30 kasus dan 20 kontrol. Hasil penelitian: Faktor risiko yang terbukti berhubungan dengan kejadian DM tipe 2 adalah usia ≥ 45 tahun (OR=9,3; 95%CI 2,8-30,6), inaktivitas (OR 3,0; 95%CI 1,04-8,60), dan riwayat keluarga (OR=42,3; 95%CI 9,5-187,2). Regresi logistik menunjukkan riwayat keluarga dan kebiasaan merokok mempunyai pengaruh sebesar 75% terhadap kejadian DM tipe 2. Kesimpulan: Faktor-faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian DM tipe 2 adalah riwayat keluarga, umur ≥ 45 tahun, dan inaktivitas. Persamaannya desain penelitian ini adalah kasus-kontrol. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel penelitian terdiri dari riwayat keluarga dan kebiasaan merokok.

2. Fibriana (2005) dengan penelitiannya yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola makan penderita diabetes melitus terhadap kadar gula darah pada pasien yang berkunjung ke Laboratorium Klinik Pratama Analisa Pekalongan. Penelitian ini merupakan penelitian penjelasan (*explanatory research*) yaitu menjelaskan pengaruh antara variabel

terikat dan variabel bebas dengan pengujian hipotesis. Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita diabetes melitus yang sedang melakukan pemeriksaan gula darah di Laboratorium Klinik Pratama Analisa Pekalongan pada bulan Januari - Maret 2005. Lokasi penelitian adalah ruang laboratorium Klinik Pratama Analisa Jalan Kemakmuran No. 36 Pekalongan. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Purposive* dengan jumlah 42 sampel. Pengolahan data dilakukan dengan program *nutrsoft* dan *SPSS for windows 11.0*. Analisis data berupa (tabel distribusi, grafik), analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa umur sampel paling banyak (82,60%) terdapat pada kelompok umur dewasa tua (*breaking dowo process*) 50-69 tahun. Pola makan sampel terbanyak (59,50%) terdapat pada pola makan yang tidak baik yaitu jika salah satu dari ketepatan jenis makanan, ketepatan jumlah kalori atau ketepatan waktu makan tidak tepat. Kadar gula darah buruk ($>>200\text{mg/dl}$) dengan persentase terbanyak pada sampel dengan pola makan tidak baik (41,20%). Dari hasil uji statistik didapatkan persentase kadar gula darah buruk dengan pola makan tidak baik sebesar 76,00%. Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus dengan $p<0,05$ ($p=0,023$). Dan dengan uji koefisien kontingensi (C) diperoleh 0,332, dengan signifikansi 0,023. Hal ini

menunjukkan adanya hubungan yang lemah. Persamaan dengan penelitian ini adalah uji statistik *Chi-square*. Sedangkan perbedaannya Rancangan penelitian *cross sectional*.

3. Kurnia dan Soedijono (2012) melakukan penelitian dengan judul “Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 50 responden pasien DM yang berobat di Puskesmas Kecamatan Cengkareng, didapatkan 50 sampel. Hasil penelitian menunjukkan umur, riwayat keluarga, aktifitas fisik, tekanan darah, stres dan kadar kolesterol berhubungan dengan kejadian DM Tipe 2. Variabel yang sangat memiliki hubungan dengan kejadian DM Tipe 2 adalah Indeks Massa Tubuh ($p = 0,006$ OR 0,14; 95% CI 0,037-0,524). Orang yang memiliki obesitas lebih berisiko 7,14 kali untuk menderita DM Tipe 2 dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas. Persamaan dengan penelitian uji statistik *Chi-square*. Sedangkan perbedaannya Rancangan penelitian *cross sectional*.

Meskipun hasil penelitian yang penulis kaji di atas memiliki kesamaan yaitu ruang lingkup penelitian yang meliputi faktor risiko kejadian penyakit Diabetes Melitus Tipe II, namun dalam perumusan dan

variabel penelitian terdapat perbedaan. Pada penelitian ini rumusan masalah dan variabel penelitian penggabungan antara pola makan dan aktivitas fisik yang tidak melihat responden dari riwayat keluarga.

