

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) adalah suatu kelainan atau gangguan metabolisme yang disebabkan oleh kadar gula dalam darah terus-menerus lebih tinggi dari batas normal (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) dan *World Obesity Federation* (WOF) (2022) Kasus diabetes melitus terus meningkat dan Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) telah menetapkan target untuk menghilangkan peningkatan kasus diabetes dan obesitas global pada tahun 2025. Menurut *World Health Organization* (WHO) (2019) prevalensi diabetes telah meningkat selama 3 tahun terakhir. Sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, mayoritasnya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi DM yang terdiagnosis secara medis pada penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas meningkat dari 1,5% pada tahun 2013 menjadi 2% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2023), prevalensi diabetes yang terdiagnosis medis pada penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas adalah 2,2%, dan di Jawa Barat sebesar 2,2%.

Diabetes melitus tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum, yaitu sekitar 90% - 95% dari seluruh dunia (WHO, 2019). Diabetes tipe 2 adalah penyakit kronis yang disebabkan oleh gangguan kadar insulin, fungsi insulin, atau kedua nya (PERKENI, 2021). Ketika sel beta dalam pancreas memproduksi Insulin berkualitas rendah dan glukosa gagal dibawa ke dalam sel, hal ini menyebabkan kadar gula darah meningkat (Tandra, 2018). Kadar gula darah yang meningkat disebut hiperglikemia (Firani, 2019). Penyebab utamanya adalah pola makan yang tidak sehat, kurang olahraga dan obesitas (IDF & WOF, 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar glukosa darah pada diabetes mellitus tipe 2 yaitu usia, riwayat keluarga, obesitas, aktivitas fisik, hipertensi, stres dan konsumsi minuman manis.

Minuman manis dengan gula (*sugar-sweetened beverages*) ialah kategori minuman yang tinggi kalori dan gula namun sedikit nilai gizi (Fachruddin, Mosipate & Yunus, 2022). Jenis gula yang ditambahkan ke minuman manis meliputi sukrosa, gula putih, gula merah, madu, dan sirup jagung fruktosa tinggi. Kandungan kalori tinggi pada minuman manis akan mempengaruhi asupan kalori harian individu. Konsumsi minuman manis yang terlalu banyak memperbesar peluang terjadinya penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes melitus tipe 2, dan penyakit kardiovaskular.

Seseorang dengan Diabetes tipe 2 masih belum bisa lepas dari kebiasaan minum manis, hal ini sesuai dengan hasil temuan Bujawati, Awaliah & Ansar (2021) bahwa orang yang mengalami diabetes tipe 2 di daerah pedesaan dan perkotaan masih sering mengonsumsi minuman manis dengan prevalensi sebesar 48,6% dan 67,1%. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Infodatin Kemenkes), frekuensi mengonsumsi minuman manis minimal satu kali sehari pada tahun 2020 sebesar 61,3%, (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Asupan gula harian yang disarankan perorang adalah 4 sendok makan (50 gram) (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Obesitas adalah penumpukan lemak berlebih pada tubuh, baik secara keseluruhan maupun pada area tertentu. Pada penderita diabetes, pankreas memproduksi cukup insulin untuk menjaga kadar gula darah pada tingkat normal. Namun, insulin ini dihambat oleh komplikasi obesitas, seperti kadar lemak darah yang tinggi terutama kadar kolesterol dan trigliserida yang tinggi (Olivista, 2018). Prevalensi Diabetes Mellitus Tipe 2 bertepatan dengan meningkatnya prevalensi obesitas, yang mempengaruhi sekitar 80% orang (Gill, 2012 dalam Sari, 2019). Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, angka obesitas pada orang dewasa sebesar 21,8%.

Aktivitas fisik merupakan faktor yang memengaruhi kadar glukosa darah pada pasien diabetes, dan kontrol glukosa darah yang buruk pada pasien diabetes terutama

disebabkan oleh kurangnya olahraga. Aktivitas fisik dapat menurunkan kadar gula darah dalam tubuh, Kurangnya aktivitas fisik memperlambat sistem sekresi tubuh (Ramadhani, Siregar, Adrian, Sari & Hikmahrachim., 2022). Menurut data Survei Kesehatan Dasar (2018), sekitar 35% penduduk Indonesia tidak cukup berolahraga. Aktivitas fisik memainkan peran penting dalam mengendalikan kadar glukosa pada penderita diabetes.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, Maryanto & Pontang (2018) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Konsumsi Minuman Manis, Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Orang Dewasa Usia 30-50 Tahun di Desa Nyatonyono, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang.” Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 0,64% (n=42) responden dewasa yang masuk dalam kategori “tinggi” berada pada kategori “non DM”, sedangkan sebanyak 89,36% (n=42) responden berada pada kategori “DM”. Kelompok usia muda 30-50 tahun sebanyak 10,29,41% (n=10) responden non DM dan 70,59% (n=24) responden DM. Terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi minuman manis dengan kejadian hipertensi. Timbulnya diabetes pada orang dewasa berusia 50 tahun ke bawah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nangoi (2019) dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan timbulnya penyakit diabetes melitus tipe 2 pada lansia di RSUD Kota Depok tahun 2019”, terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan timbulnya penyakit diabetes melitus tipe 2. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta yang kurang aktif memiliki risiko 1,37 kali lebih tinggi terkena diabetes tipe 2 dibandingkan dengan peserta yang lebih aktif. Kondisi ini terjadi pada orang dewasa yang lebih tua dengan PR. = 1,37.

Berdasarkan penelitian oleh Mahayutha, Al Husnah, Sofyana, Anggraini & Sahadewa (2024) Penelitian dengan judul “Hubungan antara obesitas dengan kejadian diabetes di Puskesmas Modpulo Kabupaten Mojokerto, Januari sampai Maret 2024”

mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara obesitas dengan kejadian diabetes. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji *chi-square* $P = 0,000$ ($P < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian diabetes. Hasil uji rasio peluang adalah 4,00 artinya pasien yang berat badannya masuk dalam kisaran obesitas memiliki kemungkinan empat kali lebih besar terkena diabetes.

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan peneliti di Radjak Hospital Cileungsi pada 7 November 2024 lalu, di dapatkan dalam kurun waktu 6 bulan terakhir yakni Mei hingga Oktober 2024, terdapat 3.090 kasus diabetes. Pada tanggal 21 November 2024, peneliti melakukan wawancara dengan 5 pasien diabetes yang berkunjung (berobat) di Radjak Hospital Cileungsi menemukan bahwa 2 pasien tersebut adalah laki-laki dan 3 adalah perempuan dengan usia rata-rata berusia 27-60 tahun. 5 responden sering mengonsumsi minuman manis seperti kopi, teh, minuman ringan, dan minuman berenergi. 4 responden obesitas dan 1 responden tidak obesitas kemudian diidentifikasi lebih lanjut ditemukan bahwa 3 orang responden mempunyai kebiasaan melakukan aktivitas fisik seperti jalan pagi, senam, dan lari, sedangkan 2 orang responden jarang melakukan aktivitas fisik.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, Obesitas Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Pasien Di Radjak Hospital Cileungsi”.

1.2 Rumusan Masalah

Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2) merupakan salah satu penyakit kronis yang paling umum terjadi pada orang dewasa dengan prevalensi yang terus meningkat baik secara global maupun nasional. Di Radjak Hospital Cileungsi dalam kurun waktu 6 bulan terakhir pasien DM mencapai 3.090 kasus. Penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi serius seperti gangguan fungsi ginjal, penyakit jantung, dan stroke. Oleh karena itu,

pengidentifikasian faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian DMT2 sangat penting untuk mencegah dan mengelola penyakit ini.

Banyak faktor yang diduga mempengaruhi kejadian DMT2 diantaranya obesitas, kurangnya aktifitas fisik, Konsumsi makanan tinggi gula, diet yang tidak seimbang, genetik. Hasil studi pendahuluan pada 5 pasien DM rata-rata semuanya sering mengkonsumsi minuman manis termasuk minumas kemasan, 4 pasien obesitas dan 2 orang jarang melakukan aktivitas fisik.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan konsumsi *sugar sweetened beverages*, obesitas dan aktifitas fisik dengan kejadian DM tipe 2?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan konsumsi *sugar sweetened beverages*, obesitas dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi

1.3.2 Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi distribusi frekuensi responden (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan) pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
- b. Mengidentifikasi distribusi frekuensi kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi
- c. Mengidentifikasi distribusi frekuensi konsumsi *sugar sweetened beverages* pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
- d. Mengidentifikasi distribusi frekuensi obesitas pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
- e. Mengidentifikasi distribusi frekuensi aktivitas fisik pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

- f. Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi *sugar sweetened beverage* dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
- g. Menganalisis hubungan frekuensi obesitas dengan kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
- h. Menganalisis hubungan frekuensi aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

manfaat teoritis dari Penelitian ini untuk memperluas pengetahuan ilmiah tentang hubungan antara konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, obesitas, aktivitas fisik, dan prevalensi diabetes tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi dan sebagai media pembelajaran untuk ilmu keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Dan Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan dan informasi tentang hubungan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, obesitas dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 di poli penyakit dalam Radjak Hospital Cileungsi.

b. Bagi Profesi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk memperluas pengetahuan penelitian terkait hubungan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, obesitas dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

c. Bagi Radjak Hospital Cileungsi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan tentang pengetahuan hubungan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages*, obesitas dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 dan dapat dijadikan evaluasi untuk melakukan penelitian selanjutnya bagi perawat Rumah Sakit tentang masalah Diabetes Mellitus yang terjadi di daerah Radjak Hospital Cileungsi.