

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus ialah penyakit kronis dengan sifat serius dimana bisa dialami saat pankreas tidak melakukan produksi insulin (hormon yang memberikan pengaturan pada gula darah), ataupun saat tubuh tidak bisa memanfaatkan insulin yang diproduksi dengan efektif (Nursa et al., 2022). Diabetes melitus dinamakan sebagai *silent killer* sebab seringkali penderita tidak menyadarinya, ketika diketahui telah ada komplikasi. Diabetes melitus bisa dialami oleh tubuh seseorang, bermulai dari kulit hingga jantung yang dapat menyebabkan komplikasi (Solissa et al., 2023). Diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi dalam waktu jangka panjang atau kronis, dimana kondisi ketika peningkatan kadar glukosa darah terjadi karena tubuh tidak dapat memproduksi cukup hormon insulin atau tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. (IDF Diabetes Atlas, 2021). Diabetes melitus merupakan penyakit multifaktorial dengan komponen genetik dan lingkungan yang sama kuat dalam proses timbulnya penyakit tersebut.

Pengaruh faktor genetik terhadap penyakit ini dapat terlihat jelas dengan tingginya penderita diabetes yang berasal dari orang tua yang memiliki riwayat diabetes melitus sebelumnya. Diabetes melitus sering juga disebut diabetes life style. Jika telah berkembang penuh secara klinis maka diabetes melitus ditandai dengan hiperglikemia puasa dan postprandia, aterosklerosis dan penyakit vascular mikroangiopati (Kemenkes, 2022).

Menurut data *World Health Organization (WHO)* tahun 2023, Diabetes menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, sebagian besar tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta

kematian disebabkan oleh diabetes setiap tahunnya. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir.

Organisasi International Diabetes Federation (IDF) 2021 didapatkan 10 negara yang memiliki prevalensi diabetes melitus paling besar ialah Pakistan, India, China, Amerika Serikat, Brazil, Indonesia, Meksiko, Jepang, Bangladesh, dan Mesir. Indonesia ada dalam peringkat nomor 5 serta mempunyai jumlah penderita paling banyak di dunia yakni sejumlah 19,5 juta orang dan Indonesia Asia Tenggara yang masuk pada prevalensi diabetes paling tinggi (Sinaga et al., 2022). Berdasarkan data riset Riskesdas yang telah diselenggarakan pada tahun 2018 di Sumatera Utara, didapatkan 69,517 juta orang dipenjurur dunia mengidap diabetes. Kemudian, Pasien Diabetes melitus di kota Medan ada sebanyak 10,928 juta jiwa (Halawa et al., 2023).

Banyak masyarakat saat ini mengabaikan aspek kesehatan seperti gaya hidup yang tidak sehat dan pola makan yang tinggi lemak, garam, dan gula. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor utama meningkatnya penyakit degeneratif di masyarakat yaitu penyakit diabetes melitus (DM) (Susilowati & Waskita, 2019). Pola makan diet tidak melarang makanan, tetapi fokus pada pengaturan jenis, jumlah, batasan dan frekuensi makanan. Penyesuaian pola makan tersebut akan bervariasi untuk setiap orang, tergantung pada faktor-faktor seperti kondisi fisik, usia, tinggi badan, berat badan, preferensi dan alergi makanan, hasil pemeriksaan laboratorium atau medical check-up serta keadaan sosial ekonomi (Kemenkes, 2022).

Pola makan menjadi faktor penyebab penyakit diabetes melitus perlu diketahui. bahwa naik turunnya kadar gula darah dapat ditentukan oleh jenis makanan yang telah dikonsumsi (Kundarwi et al., 2022). Mengonsumsi makanan yang kurang sehat bisa membuat penyakit diabetes melitus, hal ini dikarenakan makanan yang

dikonsumsi berupa makanan instan dan banyak mengandung protein, lemak, gula, garam, serta tidak mengonsumsi makanan serat yaitu sayur dan buah-buahan (M. Fikri et al., 2023). Sesuai dengan temuan dari (M. Fikri et al., 2023) menunjukkan bahwa kebanyakan orang memiliki pola makan yang buruk. Responden dengan pola makan buruk terkait jumlah makan sebanyak 58%, responden dikategorikan buruk dari segi jenis makanan 55%, dan 53 % mempunyai jadwal makan yang tidak teratur. Hasil penelitian yang telah dilakukan (Nugraha & Sulastini, 2022) bahwa terdapat masalah yang terkait dengan pola makan pasien diabetes yaitu dapat dilihat dari jenis, jumlah dan jadwal makan yang tidak teratur. Sebagian besar penderita diabetes masih sering mengonsumsi makanan yang tinggi akan karbohidrat selain nasi. Penderita diabetes juga masih sering mengonsumsi cemilan dan minuman yang mengandung banyak gula.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus pada masyarakat di Kabupaten Gowa bahwa terdapat hubungan bermakna antara pola makan dari segi kecukupan karbohidrat, dan lemak dengan kejadian diabetes melitus pada masyarakat usia >40 tahun di Kabupaten Gowa dengan nilai p value = 0,00 dimana nilai $\alpha < 0,05$ (Amirah, 2022). Didukung dengan penelitian Timah (2019) menjelaskan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan pola makan yang tidak sehat lebih beresiko terkena diabetes melitus dengan nilai p value = 0,004 dimana nilai $\alpha < 0,05$. Penelitian ini berbanding terbalik pada penelitian menurut Akilakanya (2021) tentang hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus menunjukkan hasil bahwa tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara pola makan dan kejadian diabetes melitus pada penderita diabetes melitus dengan nilai p value = 0,078 dimana nilai $\alpha > 0,05$.

Diabetes melitus tidak dapat disembuhkan dan jumlah penderitanya terus meningkat. Namun diabetes melitus dapat dicegah dengan cara mengubah gaya hidup yang lebih sehat dengan menjaga pola makan dengan gizi seimbang, seperti membatasi makanan dan minuman yang manis. Pola makan bagi penderita prediabetes yaitu dengan makan rendah kalori rendah lemak, rendah gula. (Herdianto, 2020).

Data yang didapatkan dari rekam medis di ruang Perawatan dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok dari bulan Januari 2025 - Maret 2025 terdapat 2.080 kasus dengan rincian bulan Januari sebanyak 646 kasus, bulan Februari sebanyak 618 kasus dan bulan Maret sebanyak 816 kasus sedangkan untuk kasus diabetes dari bulan Januari-Maret sebanyak 693 kasus. Hasil wawancara 10 responden, 8 dari 10 responden yang menderita diabetes melitus menunjukkan bahwa responden tidak dapat menjaga pola makan, sering mengkonsumsi minuman dan makanan mengandung tinggi gula, makanan berlemak dan jarang mengkonsumsi buah dan sayuran. Meskipun perawat sering memberikan edukasi mengenai pola makan, tetapi pasien juga merasa jenuh untuk terus mengikuti aturan tersebut. Hal ini yang menyebabkan pasien berperilaku tidak patuh dalam pola makan.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.2 Rumusan Masalah

Hasil wawancara 10 responden, 8 dari 10 responden pada tanggal 25 April 2025 di ruangan rawat inap dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob menunjukkan bahwa responden tidak dapat menjaga pola makan, sering mengkonsumsi minuman dan makanan mengandung tinggi gula, makanan berlemak dan jarang mengkonsumsi buah dan sayuran. Meskipun perawat sering memberikan edukasi mengenai pola makan, tetapi pasien juga merasa jenuh untuk terus mengikuti

aturan tersebut. Hal ini yang menyebabkan pasien berperilaku tidak patuh dalam pola makan.

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, maka dirumuskan pertanyaan penelitiannya yaitu bagaimana Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui gambaran distribusi frekuensi karakteristik data demografi (usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan) pasien Diabetes Melitus di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.3.2.2 Mengetahui gambaran distribusi frekuensi pola makan responden di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.3.2.3 Mengetahui gambaran distribusi frekuensi Kejadian Diabetes Melitus di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.3.2.4 Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian Diabetes Melitus di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penulisan ini diharapkan bagi profesi keperawatan dapat digunakan sebagai bahan rujukan ataupun acuan dalam pengembangan teori terkait Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Institusi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Thamrin

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi kepustakaan terutama dalam mengembangkan teori terkait Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus.

1.4.2.2 Instansi Rumah Sakit Bhayangkara Brimob

Melalui penulisan ini diharapkan perawat instansi Rumah Sakit Bhayangkara Brimob khususnya perawat lebih memahami faktor pola makan pada pasien diabetes melitus dan dapat mendukung kepatuhan pasien terkait pola makan serta mengaplikasikan pada pasien dengan kasus diabetes melitus.

1.4.2.3 Penulis

Penulis dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait faktor yang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Brimob Depok.