

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit kronis merupakan kondisi medis atau masalah kesehatan yang berkaitan dengan gejala-gejala atau kecacatan yang membutuhkan penatalaksanaan jangka panjang. Perubahan gaya hidup yang pasif, mengkonsumsi makanan tinggi lemak, kolesterol, merokok dan stres yang tinggi, dilaporkan meningkatkan insiden penyakit kronis (Smeltzer & Bare, 2002). Salah satu penyakit yang dikategorikan sebagai penyakit kronis adalah DM (selanjutnya disingkat DM).

Diabetes adalah penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah atau glukosa), atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Diabetes adalah masalah kesehatan masyarakat yang penting, menjadi salah satu prioritas dari empat penyakit tidak menular yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. (WHO Global Report, 2018).

Menurut WHO 2018, DM menyebabkan 1,5 juta kematian dengan adanya gula darah yang lebih tinggi dari batas maksimum mengakibatkan peningkatan sebesar 2,2 juta. Empat puluh tiga

persen (43%) dari 3,7 juta kematian ini terjadi sebelum usia 70 tahun akibat glukosa darah yang tinggi. World Health Organization (WHO) bahkan memperkirakan penyakit DM akan menimpa 21,3 juta penduduk Indonesia pada tahun 2030.

Data yang diperoleh dari International Diabetes Federation (IDF) 2019 menyebutkan bahwa penderita DM usia 20-79 tahun pada tahun 2019 prevalensi jumlah penderita DM sebesar 463 juta penderita dan pada tahun 2045 diperkirakan akan meningkat sampai 700 juta penderita DM. Prevalensi global dari 10 besar dengan gangguan toleransi glukosa pada orang dewasa (20-79 tahun) dengan DM pada tahun 2019 negara Indonesia menempati peringkat ke tujuh dengan penderita DM sebanyak 11 juta setelah Cina, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, dan Mexico.

Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit DM di Indonesia mengalami kenaikan dalam lima tahun terakhir dari 6,9% menjadi 8,5%. Karena itu dibutuhkan penanganan khusus dan tidak sama antara penderita DM. Sedangkan prevalensi DM semua umur di Indonesia sedikit lebih rendah dibandingkan prevalensi DM pada usia ≥ 15 tahun, prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter dan usia ≥ 15 tahun yang tertinggi adalah DKI Jakarta sebesar 3,4% dan terendah di NTT sebesar 0,9%, dan Kalimantan timur menduduki posisi kedua bersama provinsi Sulawesi Utara yaitu sebesar 3,1%.

Data dari Dinas Kesehatan Kota Samarinda jumlah penderita DM pada tahun pada tahun 2017 sebanyak 1152 kasus dan pada 7 bulan pertama ditahun 2018 sebanyak 364 kasus dengan kasus terbanyak penderita usai 20-70 tahun.

DM tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum, terhitung sekitar 90% dari semua kasus diabetes. Umumnya ditandai oleh *resistensi insulin*, dimana tubuh tidak sepenuhnya menanggapi *insulin*, karena *insulin* tidak dapat bekerja dengan baik, kadar glukosa darah terus meningkat, melepaskan lebih banyak *insulin*. Untuk beberapa orang dengan DM tipe 2 ini pada akhirnya dapat menguras pankreas, yang mengakibatkan tubuh memproduksi lebih sedikit *insulin*, menyebabkan kadar gula darah tidak terkendali menjadi lebih tinggi (*Hiperglikemia*).

Terkendalinya kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 dapat berhubungan oleh banyak faktor, seperti faktor keturunan, obesitas, perubahan gaya hidup, pola makan, aktivitas fisik, perokok, stres, tingkat pengetahuan tentang penyakit dan kepatuhan terhadap pengobatan yang dijalani (Derek. Dkk, 2017).

Pola makan yang salah akan menyebabkan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 meningkat, sehingga faktor diet atau perencanaan makan sangat penting dalam pengendalian kadar gula darah. Pola makan yang baik menjadi komponen utama keberhasilan penatalaksanaan DM. Perencanaan pola makan yang

dimaksud seperti mengatur jumlah kalori dan karbohidrat agar dapat membantu penderita DM dalam menjaga glukosa darah, lemak dan tekanan darah (Dafriani, 2017).

Terjadinya pertambahan penderita baru mencapai hampir 100% dari data penderita DM yang telah tercatat sebelumnya. Dengan mengetahui faktor pola makan yang berhubungan dengan DM tipe 2, dan berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya yang meliputi dapat dilakukan upaya pencegahan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui faktor pola makan yang berhubungan dengan kejadian DM tipe 2.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2. Namun dikarenakan faktor adanya pandemi *covid-19* sehingga pusat-pusat pelayanan kesehatan seperti rumah sakit, puskesmas, dan lainnya tidak memberikan ijin untuk melakukan penelitian dilapangan secara langsung. Oleh sebab itu, peneliti melakukan penelitian ini dengan metode *literature review*, dengan cara pengambilan data sekunder melalui *database* seperti *Google Scholar*, *Research Gate*, dan *PubMed*. Pengambilan data ini dilakukan untuk menganalisa hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah adalah “Menganalisa hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 dengan menggunakan metode *literature review* ?”

C. Tujuan Penelitian

Menganalisa hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 menggunakan metode *literature review*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi para penderita DM

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi penderitaDM tipe 2 untuk pengendalian kadar gula darah.

2. Manfaat bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran untuk mahasiswa menambah wawasan mengenai hubungan antarapola makan dengan kadar gula darah penderitaDM tipe 2.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan antara pola makan dengan dengan kadar gula darah penderita DM tipe 2.

4. Manfaat Teoritis

a. Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian dapat memberikan gambaran mengenai hubungan antarpola makan dengan kadar gula darah penderitaDM tipe 2 sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan.

b. Manfaat Metodologi

Hasil penelitian dapat menambah wawasan jumlah penelitian mengenai hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah penderita DM tipe 2.