

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes mellitus adalah suatu penyakit yang tidak menular yang mengalami peningkatan insidensi setiap tahunnya. Diabetes merupakan suatu gangguan metabolisme yang dicirikan oleh peningkatan kadar gula darah atau hiperglikemia, yang disebabkan oleh kurangnya produksi insulin, resistensi insulin, atau keduanya. Jika kondisi ini berlangsung secara kronis, dapat menyebabkan disfungsi pada berbagai organ, termasuk ginjal, saraf, mata, jantung, dan pembuluh darah lainnya (Betteng, Pangemanan, & Mayulu, 2014).

Prevalensi Diabetes Melitus di dunia menurut International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2020 mencapai 424,9 juta jiwa. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sebesar 6,9% dari populasi usia 15 tahun ke atas. Angka prevalensi ini mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan data Riskesdas 2013 yang sebesar 5.7%. Hal ini mencerminkan bahwa diabetes mellitus menjadi isu kesehatan yang penting di Indonesia, memerlukan perhatian serius dalam usaha pencegahan dan penanganannya.

Kasus Diabetes Mellitus tipe 2 paling umum terjadi pada individu yang berusia 40-45 tahun ke atas. Meskipun demikian, di Indonesia, Diabetes Mellitus pertama kali didiagnosis dengan jumlah kasus tertinggi pada kelompok remaja usia 10-14 tahun, mencapai 403 kasus, diikuti oleh kelompok usia 5-9 tahun dengan 257 kasus, kelompok usia kurang dari 5 tahun dengan 146 kasus, dan yang paling sedikit terjadi pada usia di atas 15 tahun dengan 25 kasus (Kemenkes 2018).

Tingginya prevalensi diabetes mellitus pada remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu pola makan dan gaya hidup (Saputra, Rahmatiah, & Muhasidah, 2017). Selain dari gaya hidup dan pola makan, peningkatan jumlah diabetes mellitus dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai penyakit, sehingga pemahaman

untuk melakukan deteksi dini penyakit juga kurang (Kementrian Kesehatan RI, 2010).

Pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai diabetes mellitus dapat mempengaruhi keputusan atau pembentukan perilaku untuk mencegah timbulnya penyakit tersebut (Lutfiawati, 2021). Bagi seseorang yang mempunyai tingkat pengetahuan baik tentu saja akan lebih mudah dalam melakukan penatalaksanaan diabetes mellitus yang diderita, sedangkan seseorang yang memiliki pengetahuan kurang akan sulit untuk melakukan pengendalian terhadap kadar glukosa darah (Sormin & Tenrilemba, 2019).

Penelitian terbaru yang dimuat dalam *American Journal of Epidemiology* menyatakan bahwa pengetahuan dan pola makan yang tidak sehat pada masa remaja dapat terkait erat dengan peningkatan risiko Diabetes Melitus pada usia paruh baya. Studi tersebut melibatkan 227 ribu partisipan pria dan wanita Norwegia yang diukur tinggi dan berat badannya antara tahun 1963-1975 ketika mereka berusia antara 15-25 tahun (Nita, 2012).

Pola makan yang kaya lemak, tinggi kalori, dan rendah serat, yang dikenal sebagai *fast food*, bisa menjadi pendorong munculnya penyakit Diabetes Melitus atau penyakit degeneratif lainnya (Astawan, 2018). Selain itu pola makan instan yang sedang populer saat ini dapat meningkatkan kadar glukosa darah, menyebabkan peningkatan tajam penyakit menahun seperti Diabetes Melitus. Perubahan dalam pola penyakit ini diduga terkait dengan perubahan gaya hidup (Depkes, RI, 2008). Pola makan di perkotaan telah mengalami pergeseran dari pola makan tradisional yang kaya karbohidrat dan serat dari sayuran menjadi pola makan yang lebih Barat dan kurang serat. Makanan siap saji yang tinggi lemak, garam, dan rendah serat semakin populer di kalangan masyarakat Indonesia akhir-akhir ini terutama pada kalangan remaja.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, dari 253 siswi menunjukkan hasil 5,1% (13 anak) dalam kategori prediabetes mellitus. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian mengenai

“Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan, Pola Makan, dan Kadar Glukosa Darah pada Siswi Pra Diabetes Mellitus di SMA Negeri 1 Lawang”

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh terhadap pengetahuan, pola makan (jumlah, jenis, dan jadwal) dan kadar glukosa darah pada siswi yang teridentifikasi pra diabetes SMA Negeri 1 Lawang setelah diberikan edukasi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan, pola makan, dan kadar glukosa darah pada remaja pra diabetes di SMA Negeri 1 Lawang.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, riwayat penyakit keluarga yang menderita DM, dan status gizi pada siswi di SMA Negeri 1 Lawang Kabupaten Malang
- 2) Mengukur pengetahuan siswi SMA Negeri 1 Lawang sebelum dan sesudah diberikan edukasi
- 3) Mengidentifikasi pola makan siswi SMA Negeri 1 Lawang sebelum dan sesudah diberikan edukasi
- 4) Mengukur kadar glukosa darah siswi SMA Negeri 1 Lawang sebelum dan sesudah diberikan edukasi
- 5) Mengidentifikasi pengaruh perubahan pengetahuan dengan pola makan dan kadar glukosa darah pada siswi SMA Negeri 1 Lawang

D. Manfaat Penelitian

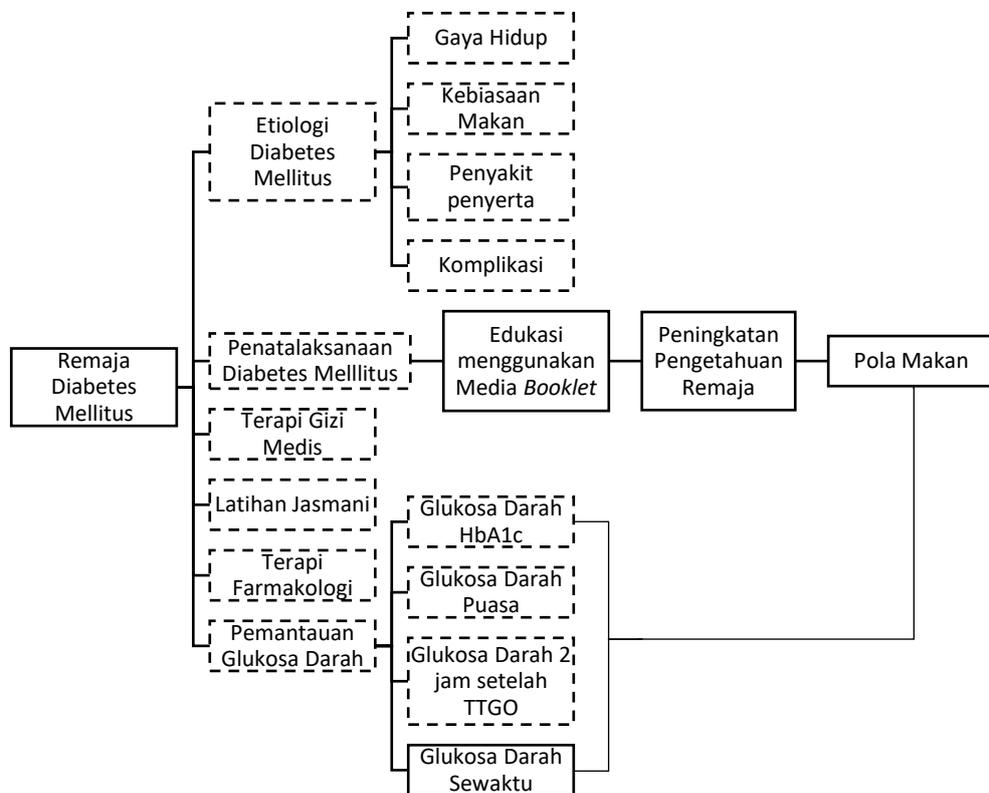
1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka Upaya pencegahan diabetes mellitus di Masyarakat yang akan datang

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi penting dalam meningkatkan pemahaman dalam pencegahan kejadian diabetes mellitus sejak dini

E. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka konsep penelitian

Berdasarkan kerangka konsep diatas menjelaskan bahwa edukasi gizi mengenai penyakit diabetes mellitus dilakukan menggunakan media booklet diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan. Edukasi diharapkan dapat berpengaruh terhadap pengetahuan sehingga dapat mengubah pola makan responden yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah pada.