

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) menjadi salah satu penyakit yang paling umum dan paling cepat berkembang di seluruh dunia. Diabetes mellitus tipe 2 merupakan suatu kumpulan penyakit metabolik, dimana seseorang menderita kadar glukosa darah yang ekstrim dalam tubuhnya, serta produksi insulin yang tidak mencukupi atau tidak merespon dengan baik di dalam tubuh manusia (Cole & Florez, 2020). Diabetes mellitus memiliki 40 jenis yang tidak disadari komplikasinya oleh orang-orang, dikarenakan kurangnya sumber daya pengetahuan mengenai penyakit ini (Ganie & Malik, 2022).

Diabetes mellitus tipe 2 merupakan masalah kesehatan global, namun terdapat kesenjangan regional yang besar dalam perawatannya (Petersmann et al., 2019). Beberapa sudut pandang para ahli dari berbagai negara mengenai diabetes mellitus tipe 2 diantaranya dari Jean Claude Mbanya (Afrika sub-Sahara), mengatakan 80% orang yang hidup dengan diabetes mellitus tipe 2 tinggal di negara berkembang. Sedangkan menurut Alicia J. Jenkins (Oseania) juga mengemukakan bahwa, diabetes mellitus tipe 2 dapat diderita oleh orang-orang tanpa terkecuali, baik dari segi usia, jenis kelamin, etnis, agama, status pendidikan dan sosial ekonomi (Fralick et al., 2022).

International Diabetes Federation (2021), mencatat sebanyak 537 juta kasus yang terdata pada tahun 2021, dengan perkiraan terjadinya peningkatan pada tahun 2045 dengan 784 juta kasus diabetes mellitus, serta 6,7 juta kematian atau 1 kasus kematian tiap 5 detik. Jumlah kasus diabetes mellitus di Indonesia selalu meningkat, tahun 2016 jumlah penderita diabetes mellitus di Indonesia terdata 9,6 juta kasus, pada tahun 2017 meningkat menjadi 10,1 juta kasus, dan terus meningkat menjadi 15 juta kasus pada tahun 2018, serta di tahun 2019 Indonesia menempati peringkat ke-7 tertinggi dunia (Sumah, 2019). Hingga pada tahun 2021, Indonesia berada dalam urutan ke-5 dengan total 19,47 juta kasus setelah China dengan 140,87 juta kasus, India dengan 74,19 juta kasus, Pakistan dengan 32,96 juta kasus, dan Amerika Serikat dengan 32,22 juta kasus (Organization, 2022).

Sumatera Barat memiliki prevalensi total diabetes mellitus sebanyak 1,6% pada tahun 2018, dimana kasus diabetes mellitus di Sumatera Barat berada pada urutan ke-21 dari 34 provinsi di Indonesia. Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2018, jumlah kasus diabetes mellitus di Sumatera Barat tahun 2018 mencapai 44.280 kasus (Banowo, Malini, Lenggogeni, & Rahmah, 2021). Berdasarkan data dari Rakerkesda Provinsi Sumatera Barat tahun 2018, Kota Padang Panjang menduduki urutan ke-3 dengan prevalensi 2,8%, setelah Kota Pariaman dengan prevalensi 3,4%, dan Kota Sawahlunto dengan prevalensi 2,9% (Anung, 2019). Sedangkan pada jenis diabetes

mellitus tipe 2, Kota Padang Panjang memiliki jumlah kasus 6,5% dengan total 2118 orang pada tahun 2018 (Sari, 2018).

Kenaikan jumlah kasus diabetes mellitus tipe 2 pada remaja juga sangat dikhawatirkan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan prevalensi diabetes mellitus tipe 2 pada anak dan remaja di beberapa negara. Internasional Diabetes Federation (IDF) tahun 2017 melaporkan bahwa prevalensi diabetes mellitus tipe 2 pada anak-anak dan remaja di Amerika tahun 2015 diperkirakan 7,2% dari total penduduk usia anak dan remaja dengan jumlah 132.000 anak usia kurang dari 18 tahun dan 193.000 anak usia kurang dari 20 tahun. Di Brazil, prevalensi pradiabetes dan diabetes mellitus tipe 2 masing-masing adalah 22,% dan 3,3% dari populasi penduduk di Brasil dimana sekitar 213.830 remaja hidup dengan DM tipe 2 dan 1,46 juta remaja dengan pradiabetes (Riskawaty, 2022).

Kejadian diabetes mellitus tipe 2 di Indonesia sendiri mengalami kenaikan 700% selama jangka waktu 10 tahun pada anak usia 0-18 tahun. Kasus diabetes mellitus tahun 2018 yang di diagnosis dokter pada usia 15-24 tahun mencapai 159.014 orang (Riskawaty, 2022). Dengan angka kasus diabetes yang tidak tergolong sedikit ini dibutuhkan adanya usaha pencegahan terkena diabetes mellitus tipe 2 sedari dini.

Menurut Kemenkes tahun 2020, pencegahan diabetes mellitus tipe 2 dapat dilakukan dengan mengetahui faktor risiko. Ada dua faktor risiko diabetes mellitus tipe 2, yaitu faktor risiko yang sifatnya bisa diubah dan

faktor risiko yang tidak dapat diubah. Faktor yang bisa diubah yaitu gaya hidup seperti pola makan, pola istirahat, aktifitas fisik dan manajemen stress. Faktor yang tak dapat diubah diantaranya usia serta genetik (Utomo et al., 2018).

Diabetes mellitus tipe 2 mengalami peningkatan prevalensinya di beberapa negara berkembang yang tentu harus diantisipasi oleh pembuat kebijakan dalam upaya menentukan rencana jangka panjang. Kebijakan pelayanan kesehatan yang diperlukan seperti adanya tindakan preventif dan promotif yang dapat membantu masyarakat dalam memahami dan menjalankan perilaku gaya hidup sehat (Decroli, 2019).

Tindakan promotif yang dimaksud adalah promosi kesehatan mengenai penyakit diabetes mellitus tipe 2, dimana sebagai contohnya kita dapat memberi penyuluhan pendidikan kesehatan mengenai penyakit tersebut. Sedangkan tindakan preventif adalah tindakan pencegahan dengan mengetahui faktor risiko dari diabetes mellitus tipe 2, dimana salah satu contoh pencegahannya yaitu menjauhi faktor risiko penyakit tersebut dengan menerapkan gaya hidup sehat. Kedua tindakan ini dapat diimplementasikan dengan adanya pengetahuan yang harus dicari dan diketahui agar dapat dilaksanakan sebaik mungkin untuk menjalankan gaya hidup sehat, serta terhindar dari penyakit ini (Rasyid, Susilawati, Laeto, Inggarsih, & Diba, 2020).

Oleh karena itu pentingnya pengetahuan tersebut bagi masyarakat, tidak hanya pada orang usia dewasa melainkan juga pada orang-orang di usia remaja, demi menjaga kelangsungan hidupnya agar terhindar dari penyakit diabetes mellitus tipe 2 (Decroli, 2019). Pengetahuan bagi remaja sedari awal membuat mereka dapat mengantisipasi adanya risiko terkena diabetes mellitus tipe 2 ini, dengan menerapkan gaya hidup sehat dan menghindari faktor risiko yang akan menjerumuskan mereka ke penyakit tersebut.

Menurut penelitian Ridwan *et al* tahun (2021), pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui, misalnya kepandaian, atau segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal tersebut. Banyak dari remaja sekarang yang keinginannya sangat minim dalam mencari suatu informasi untuk menambah wawasan pengetahuannya. Salah satunya pengetahuan dalam penerapan gaya hidup sehat sebagai suatu tindakan preventif terhadap diabetes mellitus tipe 2 yang tentunya akan berpeluang memberi dampak buruk bagi mereka dikemudian hari (Agung & Hansen, 2022).

Peningkatan kasus diabetes mellitus tipe 2 ini juga disebabkan oleh perubahan pola konsumsi makanan di masyarakat, ditandai dengan kebiasaan masyarakat dalam mengonsumsi makanan tidak sehat saat ini yang sudah dinormalisasikan, salah satunya konsumsi *junk food*, sedangkan memakan masakan rumah yang terjamin komposisi nutrisi dan kehygienisannya dianggap sebagai makanan diet (Agung & Hansen, 2022). *Junk food* merupakan jenis makanan yang memiliki komposisi tinggi

lemak, tinggi kandungan garam, karbohidrat yang biasanya terkandung dalam cemilan ringan, dan juga pada makanan cepat saji. Kandungan tinggi lemak dan tinggi garam serta tinggi karbohidrat diketahui berkontribusi pada kejadian diabetes mellitus tipe 2 di kalangan masyarakat Indonesia (Agung & Hansen, 2022).

Gaya hidup remaja saat ini yang sering melewati sarapan dan lebih suka mengonsumsi *Junk food* serta cenderung *sedentary life style* atau gaya hidup santai, membuat remaja berisiko untuk menderita obesitas. Obesitas sendiri menjadi salah satu faktor pemicu seseorang menderita penyakit diabetes mellitus tipe 2 (Meidiana, Simbolon, & Wahyudi, 2018).

Menurut data Dinas Kesehatan Sumatera Barat, pada tahun 2019 terdapat 41.488 orang menderita obesitas di Sumatera Barat. Kota Padang Panjang menduduki peringkat pertama di Sumatera Barat dengan tingkat obesitas tertinggi. Dibuktikan dengan kebiasaan masyarakat kota Padang Panjang yang sangat konsumtif terhadap makanan. Hal ini sangat berpengaruh menjadi salah satu faktor risiko pemicu diabetes mellitus tipe 2 bagi masyarakat Kota Padang Panjang (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Dengan demikian penting bagi masyarakat dan remaja di Kota Padang Panjang untuk mendapatkan informasi, pengetahuan, serta cara menjaga pola makan dan gaya hidup sehat untuk mengurangi kasus diabetes mellitus tipe 2 di masa yang akan datang.

Hasil penelitian Qifti *et al* tahun (2020), yang membahas tentang faktor risiko diabetes mellitus pada remaja SMA di Kota Padang, menyatakan bahwa obesitas menjadi salah satu faktor risiko diabetes mellitus. Pada penelitian ini terdapat 52,5% responden yang memiliki IMT ≥ 25 Kg/m², dimana hal ini dapat menjadi faktor risiko penyakit diabetes mellitus. Menurut peneliti, responden yang memiliki IMT ≥ 25 Kg/m² disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang, frekuensi konsumsi *fastfood* sering, serta aktivitas fisik yang kurang.

Menurut penelitian Silalahi (2019), menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tindakan pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada murid SMA di Surabaya. 60% siswa memiliki pengetahuan mengenai penyebab adanya diabetes mellitus, namun hanya setengah dari siswa yang melakukan upaya pencegahan diabetes mellitus tipe 2 ini. Hasil analisa tersebut, didapatkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan tindakan pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada remaja di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya dengan nilai P value $(0,0001) < \alpha(0,1)$, ditunjukkan dengan kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah, juga memiliki upaya pencegahan yang kurang. Sedangkan kelompok responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi, juga memiliki upaya tindakan pencegahan yang baik.

Penelitian dari Fiqi & Zulmansyah tahun (2021), 82% siswa memiliki tingkat pengetahuan mengenai diabetes mellitus dengan kategori

sedang, 13% pengetahuan kurang, dan hanya 5% yang memiliki pengetahuan baik pada siswa kelas XII SMAN Kota Bandung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa para siswa memiliki pengetahuan yang belum baik dalam memahami penyakit diabetes mellitus, dan masih diperlukan pemberian pengetahuan pada remaja atau siswa terkait diabetes mellitus karena pada usia ini penting adanya deteksi dini dari penyakit tersebut.

Berdasarkan hasil survey dari studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dengan mewawancarai 15 siswa dan siswi SMA Negeri Kota Padang Panjang pada 20 Februari 2023, diketahui bahwa masih kurangnya pengetahuan murid SMA Negeri Kota Padang Panjang mengenai penyakit diabetes mellitus, terutama diabetes mellitus tipe 2. Dimana sembilan dari 15 murid SMA Negeri Kota Padang Panjang tidak mengetahui apa itu diabetes mellitus, dan hanya delapan murid yang mengetahui faktor risiko diabetes mellitus seperti faktor keturunan, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan makanan manis, serta kurangnya keinginan untuk berolahraga. Gejala diabetes mellitus seperti kadar gula darah yang tinggi diketahui oleh tujuh murid, dan gejala diabetes mellitus seperti kencing manis dan sering buang air kecil diketahui oleh enam dari 15 murid, serta mereka juga mengetahui cara pencegahan diabetes mellitus tipe 2 seperti mengurangi konsumsi makanan cepat saji, menghindari makan malam, dan rajin berolahraga.

Di sisi lain sembilan dari 15 orang murid mempunyai perilaku serta kebiasaan yang buruk terhadap gaya hidupnya, dimana mereka lebih senang memakan makanan cepat saji seperti *junk food* dibandingkan dengan makanan yang dimasak sendiri. Mereka juga mengatakan lebih senang berbaring dibandingkan berolahraga. Hanya enam dari 15 murid yang rutin berolahraga 1-3 kali dalam seminggu. Semua murid sepakat mengatakan bahwa kehidupan mereka di Kota Padang Panjang yang terkenal sebagai kota kuliner dan memiliki suhu cukup dingin, membuat mereka senang makan karena merasa mudah untuk membeli makanan apapun, serta menambah nafsu makan ditengah suhu kota yang terbilang dingin tersebut. Di lain sisi kebiasaan lingkungan sekitar mereka yang membuat mereka juga sangat konsumtif terhadap makanan.

Studi penelitian ini juga didukung oleh data dari Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang, dimana terjadi peningkatan kasus diabetes mellitus pada remaja usia 15-19 tahun. Pada tahun 2019 terdapat empat kasus diabetes mellitus pada remaja di Kota Padang Panjang. Tahun 2020 terjadi peningkatan yang cukup tinggi mencapai 11 kasus diabetes mellitus pada remaja, hingga di tahun 2021 masih terjadi peningkatan menjadi 12 kasus diabetes mellitus pada remaja di Kota Padang Panjang.

Sementara itu, obesitas yang menjadi salah satu faktor risiko terjadinya diabetes mellitus tipe 2 juga mengalami peningkatan kasus di Kota Padang Panjang. Pada tahun 2020 terdapat 185 kasus obesitas di Kota Padang Panjang, tahun 2021 terjadi peningkatan dengan 340 kasus

obesitas di Kota Padang Panjang. Sementara itu pada tahun 2022 kasus obesitas di Kota Padang Panjang pada usia 15-24 tahun mengalami penurunan menjadi 315 kasus, angka ini masih tergolong tinggi dibandingkan pada tahun 2020.

Fakta ini tentu menjadi suatu hal yang harus diperhatikan dan dicegah, baik oleh pemerintah yang bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk memberi kebijakan dalam pencegahan diabetes mellitus tipe 2, serta keinginan masyarakat untuk mengurangi risiko terhadap diabetes mellitus tipe 2 yang harus dilandasi oleh keinginan untuk mencari informasi mengenai pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 sedari dini.

Kebiasaan dan gaya hidup remaja yang saat ini cenderung kurang sehat, kurangnya kesadaran remaja dalam menjalankan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2, serta adanya data pendukung dari Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada siswa SMA Negeri Kota Padang Panjang.

B. Rumusan Masalah

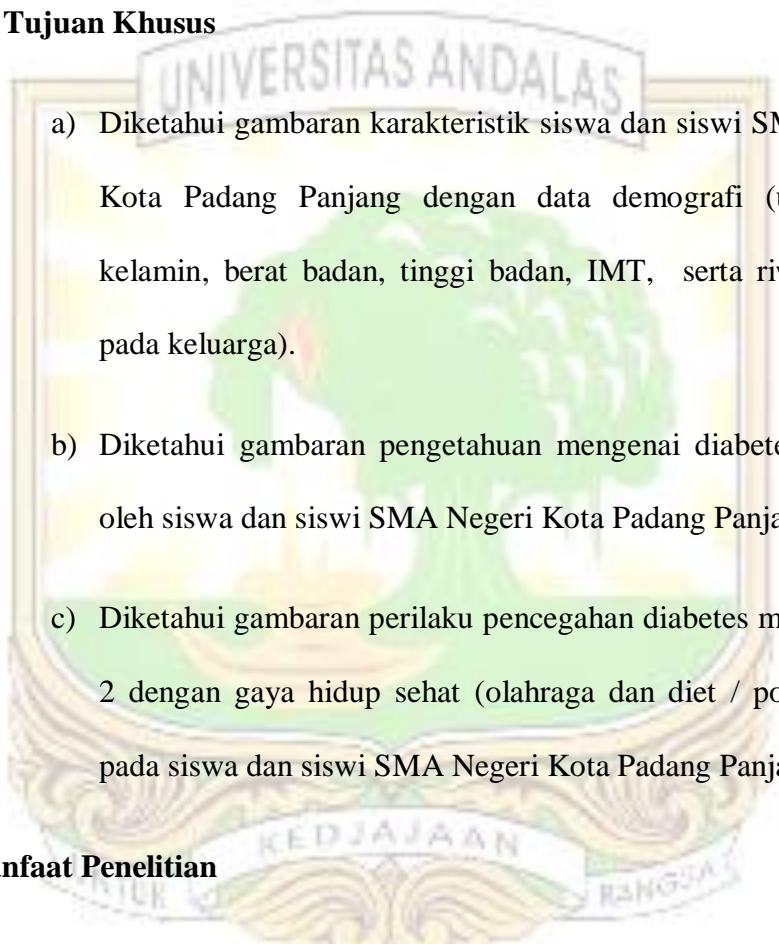
Adapun rumusan masalah berdasarkan latar belakang di atas adalah bagaimana gambaran pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada siswa SMA Negeri Kota Padang Panjang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada siswa SMA Negeri Kota Padang Panjang.

2. Tujuan Khusus

- 
- a) Diketahui gambaran karakteristik siswa dan siswi SMA Negeri Kota Padang Panjang dengan data demografi (usia, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, IMT, serta riwayat DM pada keluarga).
 - b) Diketahui gambaran pengetahuan mengenai diabetes mellitus oleh siswa dan siswi SMA Negeri Kota Padang Panjang
 - c) Diketahui gambaran perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 dengan gaya hidup sehat (olahraga dan diet / pola makan) pada siswa dan siswi SMA Negeri Kota Padang Panjang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan serta informasi dalam upaya pencegahan terjadinya diabetes mellitus tipe 2 dimasa yang akan datang, sehingga dapat mengurangi risiko angka kematian yang

diakibatkan oleh diabetes mellitus tipe 2 dengan deteksi dini dan skrining diabetes mellitus tipe 2 pada remaja oleh unit pelayanan kesehatan.

2. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini bisa dijadikan sebagai program instansi dalam pemberian edukasi pencegahan diabetes mellitus tipe 2 sedari dini pada remaja.

3. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini bisa menjadi bahan referensi dalam pembelajaran mengenai pengetahuan dan perilaku, serta pencegahan diabetes mellitus tipe 2 sedari dini oleh remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan serta bahan acuan bagi peneliti selanjutnya mengenai gambaran pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus Tipe 2 pada siswa atau pada remaja.