

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis dengan beberapa etiologi, ditandai dengan kadar gula darah tinggi dan gangguan metabolisme protein, lipid, dan karbohidrat akibat aktivitas insulin yang tidak mencukupi. Ketidakmampuan sel beta langerhans pankreas untuk memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau menurunnya sensitivitas sel tubuh terhadap insulin adalah dua kemungkinan penyebab aktivitas produksi insulin yang tidak berjalan dengan baik. Resistensi insulin adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi tubuh yang tidak dapat merespon atau menggunakan insulin dengan baik yang akhirnya menyebabkan diabetes melitus tipe 2.⁽¹⁾

Pada awalnya, sel beta di dalam tubuh membuat insulin ekstra untuk menggantikannya. Namun seiring berjalannya waktu, pankreas tidak dapat membuat insulin yang cukup untuk menjaga kadar glukosa darah Anda pada tingkat normal. Diabetes melitus tipe 2 paling sering berkembang pada kalangan dewasa paruh baya dan lebih tua tetapi sekarang juga meningkat kejadiannya pada kawula muda. Perawatan untuk penderita diabetes melitus tipe 2 akan mencakup pola makan yang sehat dan olahraga yang teratur. Namun, penyedia layanan kesehatan mungkin juga perlu meresepkan obat oral dan suntik (termasuk insulin) untuk membantu tubuh mencapai kadar glukosa darah yang ditargetkan.⁽²⁾

Di dunia, terdapat 537 juta orang yang menderita DM, dan 206 juta orang di Kawasan Pasifik Barat. Pada tahun 2045, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 260 juta. Indonesia merupakan salah satu dari 20 negara dan wilayah IDF kawasan Pasifik Barat. Kasus diabetes pada dewasa di Indonesia pada tahun 2021

menurut *International Diabetes Federation* (IDF) sebanyak 19.465.102 jiwa dari jumlah 179.720.500 penduduk dewasa. Diabetes pada dewasa di Indonesia memiliki prevalensi sebesar 10,8%.⁽³⁾

Survei dari *International Diabetes Foundation* (IDF) memaparkan bahwa Indonesia menduduki peringkat kelima, negara dengan jumlah diabetes melitus terbanyak dengan 19,5 juta orang Indonesia berumur 20-79 tahun yang menderita DM di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta atau meroket 46,6% pada 2045 mendatang. Pada tahun 2011, kasus diabetes di Indonesia masih ada di angka 7,29 juta. Artinya, kasus diabetes di Indonesia meningkat 166,94% dalam 10 tahun terakhir. Persoalan ini menjadi perhatian dari Kementerian Kesehatan, mengingat diabetes melitus merupakan ibu dari segala penyakit. Hal ini juga didukung dengan meningkatnya prevalensi kasus diabetes melitus secara nasional. Jika dibandingkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, kasus diabetes melitus meningkat, dan dipaparkan juga oleh Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 bahwa berdasarkan diagnosis dokter pada semua umur prevalensi kasus diabetes melitus meningkat dari prevalensi 1,5% ke 1,7%. Sedangkan pada kalangan umur ≥ 15 tahun prevalensinya meningkat menjadi 2,2% dari 2,0% pada Riskesdas 2018.⁽⁴⁻⁵⁾

Kasus diabetes melitus meningkat pada beberapa provinsi yang terdapat di Indonesia, tidak terkecuali Provinsi Daerah Khusus Jakarta (DKJ) yang pada laporan SKI 2023 melebihi prevalensi nasional yaitu 3,1% yang mana prevalensi nasional hanya sebesar 1,7%. Begitupun pada Riskesdas 2018, prevalensi nasionalnya sebesar 2,0%, namun lagi-lagi prevalensi diabetes melitus Daerah Khusus Jakarta melampaui prevalensi nasional yaitu sebesar 3,4%. Hal ini tentu menjadi perhatian bagi seluruh pihak, terutama masyarakat dan pihak berwenang pada daerah tersebut.⁽⁴⁻⁵⁾

Pada Riskesdas 2018 dan SKI 2023 dapat dilihat juga bahwa dengan prevalensi 2,6% dan 3,1% menjadikan Provinsi Daerah Khusus Jakarta sebagai provinsi dengan prevalensi DM tertinggi di Indonesia. Menjadi provinsi dengan prevalensi DM tertinggi secara nasional, Daerah Khusus Jakarta memiliki tantangan sebagai wilayah metropolitan, dengan gaya hidup sedentari dan konsumsi makanan tinggi gula, serta tekanan psikologis yang tinggi.⁽⁴⁻⁵⁾

Urgensi permasalahan DM ini tidak sebatas kasus yang ditemukan cukup tinggi pada provinsi ini, tetapi juga karena trennya terus naik dan kompleksitas gaya hidup urban dalam konteks metropolitan ini memungkinkan memperparah faktor risiko DM. Tingginya angka ini tidak bisa dilepaskan dari karakteristik Jakarta sebagai kota metropolitan dengan kepadatan penduduk yang sangat tinggi, tekanan kerja dan sosial yang kompleks, serta gaya hidup perkotaan yang cenderung sedentari dan tinggi konsumsi makanan cepat saji.

Selain itu, studi menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti stres kronis, gangguan pola tidur, dan kurangnya aktivitas fisik memiliki kontribusi besar terhadap risiko DMT2 di wilayah urban seperti Provinsi Daerah Khusus Jakarta ini. Kompleksitas ini berbeda dengan provinsi lain yang lebih rural seperti Maluku dan Maluku utara yang mengalami penurunan prevalensi DM sebesar 0,1% pada SKI 2023 dari Riskesdas 2018, atau bahkan seperti Provinsi Sumatera Barat yang prevalensi DM tidak mengalami peningkatan ataupun penurunan pada SKI 2023.⁽⁵⁾

Hal ini perlu diperhatikan karena Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta secara konsisten memiliki frekuensi masalah DM yang lebih tinggi daripada rata-rata nasional. Banyak faktor risiko yang diduga menjadi penyebab masalah ini belum teratasi. Pola makan dan olahraga merupakan faktor risiko yang paling menonjol karena keduanya terkait erat dengan DM. Berdasarkan penelitian yang dilakukan

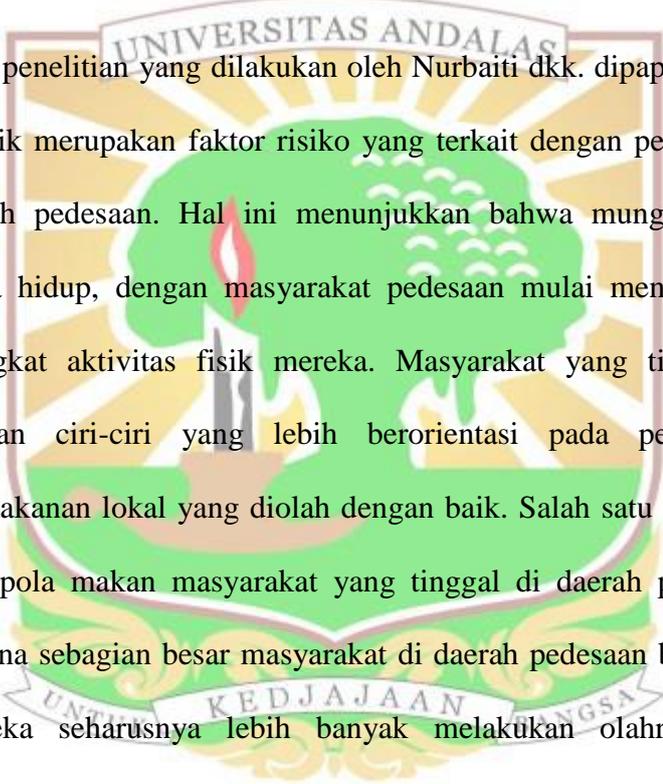
oleh Diwanta dkk., dengan *p-value* masing-masing 0,015 dan 0,001, pola makan dan aktivitas fisik memiliki pengaruh terhadap terjadinya diabetes melitus tipe 2. Perkembangan ini memperkuat gagasan bahwa salah satu faktor risiko untuk mengembangkan DM adalah pola makan dan olahraga. Namun, *p-value* untuk nutrisi dan aktivitas fisik masing-masing adalah 0,109 dan 0,151, yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara faktor-faktor ini dan terjadinya DM tipe 2, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mirna dkk.⁽⁶⁻⁷⁾

Faktor risiko yang dapat diubah dan tidak dapat diubah merupakan dua kategori faktor risiko diabetes melitus. Umur, jenis kelamin, dan riwayat keluarga merupakan contoh faktor yang tidak dapat diubah. Obesitas, kurang aktivitas, pola makan yang tidak seimbang, dan gaya hidup yang buruk merupakan beberapa dari sekian banyak variabel yang dapat diubah. Sejumlah penelitian dengan nilai $p < 0,05$ telah mengidentifikasi gangguan psikologis sebagai salah satu faktor risiko DM tipe 2.⁽⁸⁾

Globalisasi yang berdampak luar biasa pada kehidupan manusia, termasuk gaya hidup modern yang terkadang cenderung mudah, menjadi penyebab munculnya masalah diabetes melitus di seluruh dunia. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya konsumsi makanan kemasan, makanan cepat saji, dan minuman manis serta globalisasi industri makanan. Dengan kata lain, makanan dari budaya lain, termasuk pizza, burger, dan minuman soda, telah mendapatkan popularitas hampir di seluruh dunia. Misalnya, banyak orang menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar, menjadikan gaya hidup yang tidak banyak bergerak atau kurangnya aktivitas sebagai kebiasaan atau kebutuhan.

Daerah Khusus Jakarta (DKJ) merupakan salah satu provinsi pencetus gaya hidup modern di Indonesia saat ini. Dibandingkan dengan Risesdas 2013, proporsi

perilaku individu mengonsumsi makanan berisiko pada Riskesdas 2018, terus meningkat terutama pada kelompok makanan atau minuman manis. Hal ini patut dipertanyakan, apakah perilaku mengonsumsi makanan berisiko tersebut berhubungan dengan kejadian diabetes melitus yang juga terus meningkat pada Provinsi Daerah Khusus Jakarta (DKJ). Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa Daerah Khusus Ibukota Jakarta memiliki jumlah penduduk dan gaya hidup yang berbeda dengan daerah pedesaan, yang tentu saja memengaruhi prevalensi DM tipe 2.⁽⁴⁾



Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nurbaiti dkk. dipaparkan bahwa gizi dan aktivitas fisik merupakan faktor risiko yang terkait dengan perkembangan DM tipe 2 di daerah pedesaan. Hal ini menunjukkan bahwa mungkin telah terjadi pergeseran gaya hidup, dengan masyarakat pedesaan mulai mengubah kebiasaan makan dan tingkat aktivitas fisik mereka. Masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan dengan ciri-ciri yang lebih berorientasi pada pertanian terbiasa mengonsumsi makanan lokal yang diolah dengan baik. Salah satu faktor risiko DM saat ini adalah pola makan masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan. Serupa dengan itu, karena sebagian besar masyarakat di daerah pedesaan bekerja di bidang pertanian, mereka seharusnya lebih banyak melakukan olahraga fisik. Bagi masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan, bertani dan berkebun seharusnya menjadi aktivitas fisik yang sering dilakukan. Namun, ternyata dalam penelitian yang dilakukan Nurbaiti dkk. ditemukan faktor-faktor yang hampir sama dengan kelompok dari wilayah metropolitan, di mana kurangnya aktivitas fisik menjadi kekhawatiran yang meningkatkan risiko DM.⁽⁹⁾

Berdasarkan penelitian terdahulu masih banyak yang memiliki perbedaan pendapat atau hasil penelitiannya terkait faktor yang berhubungan dengan kejadian

DM tipe 2 ini. Salah satu dari yang telah dipaparkan adalah kebiasaan merokok. Kultur merokok di wilayah perkotaan, terutama Daerah Khusus Jakarta merupakan hal biasa memiliki kebiasaan merokok, bahkan pada perempuan sekalipun. Berbeda dengan wilayah pedesaan, masih tabu dan terhambat oleh budaya untuk perempuan yang memiliki kebiasaan merokok. Pada penelitian yang dilakukan Mirna dkk menjelaskan bahwa merokok berhubungan dengan kejadian DM dengan *p value* sebesar 0,016. Pada penelitian yang sangat berbanding sebaliknya yaitu yang dilakukan oleh Tarigan, disampaikan bahwa merokok tidak memiliki hubungan dengan kejadian DM dengan *p value*= 0,337.^(7,10)

Sebagai wilayah perkotaan yang metropolitan, Provinsi Daerah Khusus Jakarta memiliki akses ke berbagai tempat seperti hiburan, sentra makanan dan minuman, bahkan transportasi umum. Namun, dibanding wilayah lain, Provinsi Daerah Khusus Jakarta justru mengalami peningkatan prevalensi diabetes melitus dari lima tahun lalu. Seharusnya dengan fasilitas tersebut, dapat dimanfaatkan untuk meminimalisir pengaruh faktor risiko terhadap diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, untuk memaksimalkan upaya pencegahan, penting memahami bagaimana faktor risiko tersebut dalam mempengaruhi kejadian diabetes melitus tipe 2 ini. Maka dari itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan karakteristik, gaya hidup, dan kondisi psikologis dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta (Analisis Data SKI 2023).

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian mengenai hubungan gaya hidup dengan kejadian diabetes melitus sudah banyak dilakukan dan hasilnya pun variatif, terutama pada variabel aktivitas fisik, begitu juga pada hubungan kondisi psikologis dengan kejadian diabetes

melitus. Di Indonesia, hasil penelitian yang dilakukan berbeda, dikarenakan adanya perbedaan karakteristik individu, gaya hidup, dan wilayah. Terutama di Provinsi Daerah Khusus Jakarta, salah satu kota metropolitan yang terkenal dengan kehidupan serba instan dan mengikuti tren pola hidup dari waktu ke waktu. Beragamnya karakteristik individu yang dimiliki masyarakat Provinsi Daerah Khusus Jakarta dan kondisi psikologis yang sekarang juga menjadi perhatian berbagai pihak. Namun, penelitian yang meneliti antara kondisi psikologis dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta belum banyak dilakukan. Maka dari itu, penelitian ini ingin mengetahui apakah ada atau tidaknya hubungan karakteristik individu, gaya hidup, dan kondisi psikologis dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan karakteristik individu, gaya hidup, dan kondisi psikologis dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta dengan analisis data SKI 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
2. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik individu, gaya hidup, dan kondisi psikologis yang terdiri dari umur, jenis kelamin, pekerjaan, aktivitas fisik, kualitas tidur, perilaku mengonsumsi makanan berisiko (makanan manis, minuman manis, makanan berlemak, makanan *instant*,

soft drink, makanan dibakar, makanan daging olahan), riwayat merokok, dan depresi di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.

3. Mengetahui hubungan umur dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
4. Mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
5. Mengetahui hubungan pekerjaan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
6. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
7. Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
8. Mengetahui hubungan perilaku konsumsi makanan berisiko (konsumsi makanan manis, minuman manis, makanan berlemak, makanan *instant*, *soft drink*, minuman berenergi, makanan dibakar, makanan daging olahan) dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
9. Mengetahui hubungan merokok dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
10. Mengetahui hubungan depresi dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.
11. Mengetahui faktor yang paling dominan berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kesehatan masyarakat, khususnya dalam memahami peran gaya hidup terhadap kejadian diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini juga diharapkan menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam bidang epidemiologi dengan fokus pada hubungan gaya hidup dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam dunia akademik, khususnya dalam bidang kesehatan masyarakat dan epidemiologi dengan kontribusi memberikan data empiris yang dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam penelitian selanjutnya, terutama dalam mengembangkan intervensi berbasis gaya hidup untuk upaya pencegahan diabetes melitus tipe 2.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Memberikan pemahaman tentang pentingnya gaya hidup sehat, seperti pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, tidak merokok, tidur yang berkualitas, serta mengendalikan masalah kesehatan jiwa seperti depresi untuk mencegah Diabetes Melitus Tipe 2.

2. Bagi Fakultas

Menjadi referensi dalam memberikan edukasi dan intervensi berbasis gaya hidup bagi individu yang memiliki risiko tinggi terhadap Diabetes Melitus Tipe 2.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada April 2025 sampai Mei 2025 dan bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi, hubungan karakteristik individu, gaya hidup, dan kondisi psikologis dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di Provinsi Daerah Khusus Jakarta dari analisis data SKI 2023. Penelitian menggunakan teori *the web of causation* oleh Mac Mohan dan Pugh (1970). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Dependen dari penelitian ini adalah kejadian diabetes melitus tipe 2, sedangkan variabel independen pada penelitian ini adalah umur, jenis kelamin, pekerjaan, kualitas tidur, aktivitas fisik, perilaku konsumsi makanan berisiko, merokok, dan depresi. Populasi dalam penelitian ini dijadikan sampel dengan menggunakan *total sampling*. Analisis uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, analisis bivariat, dan analisis multivariat.

