

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes Mellitus saat ini telah menjadi ancaman yang sangat serius bagi manusia di dunia. Menurut Golostein (2008), bahwa 5% dari populasi penduduk dunia terkena diabetes mellitus dengan prevalensinya meningkat sangat pesat. Berdasarkan data WHO (2013) jumlah penderita diabetes mellitus sebanyak 347 juta jiwa di seluruh dunia, Indonesia menduduki peringkat ke-7 dunia dari 10 besar negara dengan diabetes mellitus tertinggi. Berdasarkan survey yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI (2013) dalam laporan hasil riset kesehatan dasar didapatkan bahwa prevalensi diabetes di Indonesia mengalami peningkatan 2,1% ditahun 2013, angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan tahun 2007 yaitu 1,1%. Dan Provinsi Gorontalo menduduki peringkat ke 11 di Indonesia dengan tingkat prevalensi diabetes 1,5 %.

Dari angka kejadian diabetes mellitus yang semakin meningkat, hal ini tentunya sangat membahayakan kesehatan manusia. Menurut (Permana, 2011) diabetes mellitus dapat mengakibatkan timbulnya komplikasi pada berbagai organ tubuh seperti mata, jantung, ginjal, pembuluh darah dan syaraf. Jika hal ini tidak ditangani dengan baik maka akan menyebabkan kematian. Selain itu akibat dari diabetes mellitus dapat menimbulkan kerugian sangat besar baik secara individu maupun keluarga. (Irawan, 2010). Oleh karena itu pemahaman manusia terhadap diabetes mellitus sangat penting.

Diabetes Mellitus (DM) merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai oleh kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia (Smeltzer, 2013). Penyakit ini disebabkan gangguan metabolisme glukosa akibat kekurangan insulin baik secara absolut maupun relative (Corwin, 2013), diabetes mellitus dapat diklasifikasikan berdasarkan penyebabnya, perjalanan klinik, dan terapinya, yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes mellitus gestasional (GDM) dan tipe tertentu yang berhubungan dengan keadaan lainnya (*International Diabetes Federation, 2006*).

Ada beberapa faktor penyebab diabetes mellitus yaitu diantaranya pola makan dan olahraga. Masyarakat masa kini, cenderung memiliki kesadaran yang rendah terhadap pola makan yang sehat. Ketika memilih makanan, orang lebih mencari makanan yang enak rasanya daripada yang kaya akan nutrisinya. Padahal, makanan yang enak biasanya memiliki kadar nutrisi yang rendah, terlalu banyak lemak, tinggi kolestrol, terlalu banyak gula, terlalu banyak garam, menggunakan bahan pengawet, dan sebagainya. Dari kebiasaan-kebiasaan menyantap makanan yang rendah nutrisi dan, nantinya akan membuat tubuh seseorang mengalami kondisi kekurangan nutrisi. Jika kondisi ini berlanjut maka akibatnya akan mengganggu aktifitas sel (Sutanto, 2013).

Selain pola makan, olahraga juga merupakan salah satu yang dapat menyebabkan resiko terjadinya penyakit diabetes mellitus jika seseorang dalam hidupnya kurang melakukan latihan fisik ataupun olahraga maka cadangan glikogen ataupun lemak akan tetap tersimpan di dalam tubuh, hal inilah yang memicu terjadinya berbagai macam penyakit degenratif salah satu contohnya

diabetes melitus (Soebroto, 2009). “Olahraga pada diabetisi dapat menyebabkan terjadinya peningkatan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif, sehingga secara langsung olahraga dapat menyebabkan penurunan glukosa darah” (Soegondo, 2013),

Penelitian sebelumnya oleh Rahmawati (2011) dengan judul “*Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Rawat Jalan Di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makasar*” diperoleh bahwa 87,9% untuk kualitas makanan kurang terdapat pada responden yang memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol, sedangkan 45,8% dari responden dengan kualitas makanan yang cukup memiliki kadar glukosa darah terkontrol.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo pada tanggal 2 maret 2015, bahwa terdapat penderita Diabetes Mellitus pada tahun 2013 sebanyak 88 orang. Dimana jumlah terbesar penderita diabetes mellitus adalah perempuan sebanyak 53 orang, sedangkan laki-laki berjumlah 35 orang. Kemudian pada tahun 2014 jumlah penderita diabetes mellitus tipe sebanyak 114 orang. Dimana jumlah perempuan adalah 63 orang, sedangkan laki-laki berjumlah 51 orang.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 5 penderita Diabetes Mellitus di Kecamatan Tilamuta ditemukan masing-masing dari mereka memiliki riwayat pola makan yang cenderung mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat tanpa mengimbangi dengan serat yang berasal dari sayuran dan buah-buahan, makanan yang siap saji dan makanan mengandung gula. Seperti jenis

makanan yang mereka konsumsi yaitu nasi dan ikan, nasi dan daging, mie instan, ikan kaleng, kue, roti, coklat, dan biskuit. Selain pola makan yang tidak teratur mereka juga jarang melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga karena mereka sibuk dengan pekerjaannya.

Berdasarkan uraian yang melatar belakangi tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan Dan Olahraga Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

1. Provinsi Gorontalo menduduki peringkat ke- 11 di Indonesia dengan prevalensi diabetes 1,5 %.
2. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Boalemo bahwa penderita Diabetes Mellitus di Kecamatan Tilamuta semakin meningkat, dimana jumlah penderita diabetes mellitus pada tahun 2013 sebanyak berjumlah 88 orang, sedangkan pada tahun 2014 sebanyak 114 orang.
3. Berdasarkan observasi yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus di Kecamatan Tilamuta bahwa pola hidup atau gaya hidup masyarakat khususnya pada penderita diabetes mellitus disana kurang baik, seperti diantaranya pola makan yang tidak teratur atau tidak terkontrol dan mereka juga jarang melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga.

### **1.3 Rumusan Masalah**

1. Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo?
2. Apakah ada hubungan olahraga dengan kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan pola makan dan olahraga dengan kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui pola makan pada pasien pengunjung Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo.
2. Mengetahui olahraga yang dilakukan oleh pasien pengunjung Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo.
3. Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo.
4. Mengetahui hubungan olahraga dengan kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tilamuta, Kabupaten Boalemo.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

### **1.5.1 Manfaat Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran atau pengetahuan yang sangat berarti bagi perkembangan ilmu keperawatan guna memahami timbulnya Diabetes Mellitus.

### **1.5.2 Manfaat Secara Praktis**

#### **1. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran ataupun menambah pengetahuan pada masyarakat di Kecamatan Talamuta, khususnya pada penderita Diabetes Mellitus terhadap pencegahan dan penanganan penyakit Diabetes Mellitus. Dalam hal ini penyakit Diabetes Mellitus akan dapat di atasi dan penderita Diabetes Mellitus tidak akan meningkat.

#### **2. Bagi peneliti**

Dapat digunakan sebagai bahan referensi atau masukan dalam penyelesaian skripsi dan diharapkan peneliti akan dapat mengetahui lebih jauh apakah pola makan dan olahraga ada hubungan dengan kejadian Diabetes Mellitus.