

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini menjelaskan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif sehingga menyebabkan peningkatan konsentrasi gula di dalam darah (Infodatin, 2014). DM biasa disebut dengan *the silent killer* karena penyakit ini sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi (Trisnawati & Setyorogo, 2013). DM merupakan penyakit kronis yang perkembangannya sangat cepat dan menjadi masalah kesehatan dunia. Terdapat beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan DM yaitu kurangnya aktivitas fisik, pola makan serta pola tidur tidak teratur, alkohol, rokok, stres, dan obesitas. Menurut *Internasional of Diabetic Federation* (IDF), bahwa telah terjadi peningkatan kasus DM didunia dari tahun 2013 sampai 2017. Pada tahun 2013 tercatat sekitar 382 juta jiwa dengan kasus DM lalu terjadi peningkatan pada tahun 2015 menjadi 415 juta kasus, kemudian di tahun 2017 terjadi peningkatan hingga 425 juta kasus (Mirda, 2019). Tahun 2017 jumlah terbesar penderita DM yaitu berada di wilayah Pasifik Barat 159 juta dan Asia Tenggara 82 juta. China menjadi negara dengan penderita DM terbanyak di dunia dengan 114 juta, kemudian diikuti oleh India 72,9 juta, lalu Amerika Serikat 30,1 juta (Vidyanto & Ariffudin, 2019). WHO memperkirakan pada tahun 2030, DM menjadi penyakit tertinggi ketujuh penyebab kematian didunia (WHO, 2014). Pada tahun 2010, didunia prevalensi DM pada usia 20–79 tahun sekitar 6,4%, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 7,7% pada 2030 (Sirait *et al*, 2015). Pada tahun 2014, terdapat 8,5% orang dewasa dari populasi dunia yang

berusia 18 tahun ke atas menderita diabetes melitus (Infodatin, 2018). Indonesia juga merupakan negara peringkat ke enam dunia dengan prevalensi DM semua kategori umur sekitar 10,3 juta orang, dengan data total penderita berusia 20-40 tahun sebanyak 1.671.000 orang, 40-59 tahun sebanyak 4.651.000 orang, sedangkan yang berusia 60-79 tahun diperkirakan sebanyak 2.000.000 orang (Handayani, 2016). Menurut Infodatin (2018) Prevalensi DM di Provinsi Banten adalah 2,2% dari total penduduk Indonesia yaitu 267,7 juta jiwa dan data Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang (2018) menyatakan bahwa tercatat 63.389 masyarakat yang menderita DM dari total populasi 3.584.770.

Melihat kenaikan DM yang disebabkan karena perubahan gaya hidup yang kurang sehat, maka dapat diperkirakan dalam kurun waktu satu atau dua dekade akan datang, kejadian DM di Indonesia diperkirakan akan meningkat secara drastis (Fernandes *et al*, 2016). Oleh karena itu sangat diperlukan upaya pencegahan atau pengendalian penyakit DM. DM bisa dicegah dengan perubahan gaya hidup, mencapai berat badan ideal, peningkatan aktivitas fisik, diet seimbang dan bergizi, mengurangi rokok, mengurangi stres, dan pola tidur yang cukup (IDF, 2014). Pengetahuan tentang DM merupakan komponen penting untuk pengendalian maupun pencegahan. Dengan adanya pengetahuan seseorang dapat menentukan manajemen diri dan perilaku apa yang harus digunakan untuk mengatasi penyakitnya (Ulfa, 2015). Pengetahuan membentuk dasar yang baik untuk melakukan praktik yang berhubungan dengan kesehatan, oleh karena itu kejadian DM dapat dicegah dengan meningkatkan pengetahuan faktor risiko DM dimasyarakat (Paulus,2012).

Mahasiswa sebagai kelompok individu dewasa muda memiliki kombinasi faktor risiko untuk mengalami kondisi hiperglikemia. Mahasiswa adalah kelompok individu yang sedang berada di masa transisi periode anak-anak menjadi dewasa. Perubahan gaya hidup seperti berkurangnya aktivitas fisik dikarenakan tidak diharuskannya untuk berolahraga rutin dalam kurun waktu tertentu seperti saat masih di jenjang pendidikan sebelumnya.

Perubahan status tinggal yang sebagian besar tidak lagi bersama orang tuanya (kos, asrama, dan sebagainya). Perubahan jadwal rutinitas harian, seperti bekerja paruh waktu, menyesuaikan jadwal belajar, kegiatan perkuliahan, praktikum, maupun pengaruh teman sebaya dalam bersosialisasi memberikan pengaruh terhadap perubahan kondisi metabolik tubuhnya (Sudira, 2016). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Khan *et al* (2012), menyatakan bahwa banyak mahasiswa tingkat universitas berada di risiko yang lebih tinggi untuk terkena penyakit DM karena rendahnya tingkat aktivitas fisik, BMI tinggi, kurangnya pengetahuan tentang penyakit, dan prevalensi riwayat DM yang tinggi di keluarga mereka serta mahasiswa juga kurang informasi tentang fakta bahwa DM bisa dicegah atau ditunda. Menurut Putri (2019), dalam tulisannya tentang "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya" menyatakan bahwa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Perkembangan masa dewasa awal ini dimulai saat seseorang menginjak umur 19 tahun sampai 25 tahun.

Peneliti sudah melakukan survei kepada 20 orang mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dengan melakukan wawancara. Peneliti menanyakan hal terkait pengetahuan serta gaya hidup yang berhubungan dengan faktor-faktor yang dapat berisiko diabetes melitus. Dari 20 orang mahasiswa tersebut terdiri dari 12 orang perempuan dan delapan orang laki-laki yang mayoritas berumur 20 tahun. Terdapat tiga responden yang memiliki riwayat keluarga penyakit DM dan satu diantaranya mengatakan telah terdiagnosis penyakit DM tipe 2 sejak usia 14 tahun. Terkait pertanyaan tentang pengetahuan terhadap pengertian DM terdapat 11 responden yang mengatakan bahwa penyakit DM adalah penyakit yang ketika seseorang buang air kencing maka kencingnya akan di kerumuni oleh semut, tujuh responden mengatakan bahwa penyakit DM adalah sebuah penyakit karena peningkatan glukosa dalam darah dan dua responden lainnya mengatakan bahwa penyakit DM adalah penyakit akibat masalah dari ginjal. Terkait pertanyaan tentang

aktivitas fisik sebanyak 12 responden yang menjawab tidak pernah olahraga, dan delapan responden lainnya menjawab sering melakukan olahraga seperti bermain bola kaki dan basket sebanyak tiga sampai empat kali dalam seminggu. Selanjutnya terkait mengonsumsi makanan yang manis hanya satu responden yang mengatakan bahwa jarang mengonsumsi makan manis (seperti donat, permen, coklat dan lain-lain) yaitu hanya sekitar dua kali dalam sebulan dan 19 responden lainnya mengatakan sering mengonsumsi makanan manis yaitu tiga sampai enam kali dalam seminggu. Sebanyak 12 responden mengatakan sering mengonsumsi makanan dan minuman siap saji yaitu tiga sampai enam kali dalam seminggu dan lima orang mengatakan jarang yaitu satu sampai dua kali dalam seminggu serta tiga orang mengatakan tidak pernah mengonsumsi makanan dan minuman siap saji selama beberapa bulan terakhir. Terkait pertanyaan tentang stres, seluruh responden mengatakan sering mengalami stres terutama karena faktor akademik dan mengatakan memiliki koping yang berbeda yaitu sebanyak 13 responden mengatakan memilih tidur, lima responden memilih makan, dan dua responden lainnya memilih untuk jalan jalan. Pola tidur rata-rata responden adalah tidak teratur dan 16 responden mengatakan tidur sekitar jam 12 atau jam 1 pagi, empat responden lainnya mengatakan tidur sekitar jam 10 atau 11 malam. Terdapat hanya enam responden yang mengatakan waktu tidur malamnya selama >6 jam dan 14 responden lainnya mengatakan memiliki waktu tidur <6jam. Sebanyak 20 responden mengatakan tidak minum rokok dan alkohol. Terdapat dua responden yang mengatakan memiliki riwayat keluarga hipertensi dan empat responden mengatakan memiliki riwayat keluarga kolestrol tinggi.

Berdasarkan fenomena di atas, DM bisa terjadi pada semua golongan umur dan tergambar bahwa mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan cenderung berisiko terkena diabetes melitus sehingga perlu untuk mengetahui tingkat pengetahuan mereka terhadap DM karena pengetahuan seseorang sangat berperan penting dalam menentukan manajemen diri dan perilaku terhadap gaya hidup modern saat ini. Maka hal ini membuat peneliti

tertarik untuk mengidentifikasi “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Diabetes Melitus Pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Satu Universitas Swasta” melalui penelitian kami.

1.2 Rumusan Masalah

DM merupakan salah satu penyakit kronik yang banyak ditemukan di Indonesia yang prevalensinya terus menerus meningkat setiap tahunnya. Salah satu cara untuk mencegah kejadian DM adalah dengan mengetahui faktor risiko penyebab DM. Pengetahuan merupakan komponen penting dalam pengendalian maupun pencegahan diabetes melitus. Dengan adanya pengetahuan, seseorang mampu menentukan manajemen diri dan perilaku terhadap faktor risiko DM. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 20 orang mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Satu Universitas Swasta, tergambar bahwa mahasiswa memiliki gaya hidup yang beresiko diabetes melitus seperti kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan dan minuman manis berlebih, *fastfood*, tidur yang kurang cukup dan stres. Oleh karena itu, Peneliti bermaksud untuk mengidentifikasi Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Diabetes Melitus Pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Faktor Risiko Diabetes Melitus Pada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta”

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini terdiri dari dua, yaitu :

- 1) Untuk mendapatkan data demografi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta.

- 2) Untuk mengidentifikasi gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta dari masing-masing faktor risiko DM
- 3) Untuk mendapatkan gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta mengenai faktor risiko DM.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran tingkat pengetahuan faktor risiko diabetes melitus pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Praktis

- 1) Penelitian ini bermanfaat sebagai langkah awal dalam melakukan tindakan pencegahan terhadap diabetes melitus dengan mengetahui gambaran tingkat pengetahuan faktor risiko yang menyebabkan terjadinya diabetes melitus.
- 2) Penelitian ini bermanfaat sebagai dasar bagi Fakultas Keperawatan untuk memberikan edukasi kesehatan kepada Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta.
- 3) Penelitian ini bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Di Satu Universitas Swasta untuk menambah wawasan dalam mencegah terjadinya diabetes melitus di masa yang akan datang serta dapat memberikan edukasi kepada keluarga terdekat atau masyarakat sebagai promosi kesehatan

1.5.2 Manfaat Teoritis

- 1) Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan informasi yang dapat memberikan wawasan dan pengetahuan terkait dengan diabetes melitus untuk mencegah peningkatan prevalensi diabetes melitus yang meningkat setiap tahunnya.
- 2) Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dan dapat menjadi ide dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.

