

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian.

1.1 Latar belakang

Diabetes Melitus (DM) tipe II merupakan salah satu penyakit kronis akibat kurangnya sekresi insulin oleh sel beta secara progresif sehingga terjadi resistensi insulin (American Diabetes Association, 2020). Resistensi insulin adalah kondisi dimana tubuh memproduksi insulin namun jaringan tidak dapat merespon dengan baik. Pada DM tipe II, tubuh menolak efek dari insulin dan tidak mampu mempertahankan tingkat gula darah yang normal (Antari & Esmond, 2017). DM tipe II memiliki karakteristik hiperglikemia yang disebabkan oleh resistensi insulin yang disertai defisiensi insulin, sehingga perlu untuk diketahui bagaimana perjalanan penyakit DM tipe II.

Perjalanan penyakit DM tipe II diawali ketika pankreas terus memproduksi insulin, namun kadar glukosa dalam darah tetap tinggi. Sel beta pada pankreas yang terpapar kadar glukosa darah tinggi secara progresif akan mengalami penurunan sensitivitas pada saat merespon peningkatan glukosa dalam darah (Black & Hawks, 2014). Akibatnya penderita DM tipe II akan mengalami *polyuria*, *polydipsia*, *polyphagia*. Perjalanan penyakit DM tipe II menimbulkan gejala yang dapat

dirasakan oleh siapa saja, tidak mengenal usia, termasuk pada anak-anak dan remaja.

American Diabetes Association (2019) mencatat selama 20 tahun terakhir kejadian DM tipe II pada remaja di seluruh dunia telah meningkat dan diperkirakan 5.000 kasus baru per tahun dan lembaga *World Health Organization* (WHO, 2019) telah mencatat DM tipe II mulai terjadi pada anak dan remaja. Prevalensi penderita diabetes pada warga berusia 15-24 tahun di Indonesia sebanyak 0,1% dengan kenaikan kasus sebesar 2,3% per tahun pada warga yang berusia dibawah 20 tahun (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Untuk area provinsi Banten sendiri, prevalensi penderita diabetes pada warga berusia diatas 15 tahun sebesar 2,2% (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Dan data kasus DM dari Dinas Kesehatan Tangerang pada tahun 2017 yaitu sebesar 15,61% dan meningkat di tahun 2018 menjadi 33,88%. Prevalensi DM tipe II terus mengalami peningkatan pertahunnya dengan jumlah kasus yang besar pada anak dan remaja, sehingga penting untuk mengetahui faktor risiko yang berpotensi menyebabkan kejadian DM tipe II.

Faktor risiko DM tipe II menurut WHO (2019) meliputi riwayat keluarga, obesitas, *sedentary lifestyle*, serta perubahan pola makan. Ini diperkuat dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Isnaini & Ratnasari (2018) menunjukkan bahwa orang yang memiliki riwayat DM pada keluarga berpeluang 10,9 kali lebih besar untuk menderita DM tipe II. Faktor risiko lain yaitu perubahan pola makan yang menjadi faktor dominan penyebab terjadinya DM tipe II, seperti peningkatan konsumsi makanan cepat saji (WHO, 2019). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Isnaini & Ratnasari (2018) serta Kalsum et al. (2019) dimana orang

Indonesia memiliki kebiasaan pola makan banyak mengonsumsi karbohidrat sehingga terjadi ketidakseimbangan konsumsi dengan kebutuhan energi yang berisiko 11,23 kali untuk menderita DM tipe II. Menurut Black & Hawks (2014), makanan olahan tinggi gula dan lemak jenuh berpotensi meningkatkan risiko DM tipe II. Pola makan memiliki risiko tinggi terjadinya DM tipe II, maka perlu bagi remaja untuk mengatur pola makan yang sehat.

Berdasarkan observasi peneliti, mahasiswa cenderung memiliki perilaku pola makan tidak sehat. Hal ini didukung oleh hasil survei yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa angkatan 2019 di Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan (UPH) menunjukkan adanya 45 orang memiliki riwayat DM tipe II dalam keluarga. Terdapat 32 mahasiswa dengan persentase (71,1%) memiliki kebiasaan konsumsi makanan yang digoreng, 26 mahasiswa dengan persentase (57,7%) memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan manis (kue/roti) atau makanan ringan (chiki, chitato), dan 25 mahasiswa dengan persentase (55,5%) memiliki kebiasaan melewatkan sarapan pagi lebih dari 3 kali dalam seminggu.

Berdasarkan observasi diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di Satu Universitas Swasta Di Indonesia Bagian Barat”.

1.2 Rumusan Masalah

DM tipe II merupakan suatu kondisi dimana tubuh mengalami penurunan sensitivitas dan resistensi insulin. Hal ini terjadi secara progresif hingga menimbulkan 3 gejala khas yaitu *polyuria*, *polydipsia*, dan *polyphagia*. DM tipe II

menyumbang antara 90 - 95% diabetes dan mulai terjadi pada anak dan remaja. Adapun prevalensi kejadian DM di Kabupaten Tangerang pada tahun 2017 sebesar 15,61% dan meningkat di tahun 2018 menjadi 33,88%. Beberapa penyebab tingginya angka kejadian DM tipe II pada usia remaja meliputi riwayat keluarga, obesitas, *sedentary life*, dan perubahan pola makan. Perubahan pola makan merupakan faktor dominan penyebab DM tipe II. Adapun hasil observasi pada mahasiswa angkatan 2019 di Fakultas Keperawatan UPH menunjukkan sebanyak 45 orang memiliki riwayat DM tipe II dan memiliki kebiasaan konsumsi makanan yang digoreng (71,1%), konsumsi makanan manis atau makanan ringan (57,7%), serta cenderung memiliki kebiasaan melewatkan sarapan (55,5%). Hal ini merupakan beberapa pola makan yang dapat mengakibatkan DM tipe II.

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian yaitu “Gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di satu Universitas Swasta di Indonesia Bagian Barat”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di satu Universitas Swasta di Indonesia Bagian Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah :

- 1) Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia dan riwayat keluarga dengan penyakit DM tipe II.
- 2) Mengetahui gambaran sikap mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II.
- 3) Mengetahui gambaran perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di satu Universitas Swasta di Indonesia Bagian Barat?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan mengenai gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di satu Universitas Swasta di Indonesia Bagian Barat.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi responden dan kalangan remaja lainnya, hasil penelitian ini bermanfaat sebagai pengetahuan agar lebih sadar dan mampu menerapkan sikap dan perilaku tentang pola makan yang sehat untuk menurunkan risiko DM tipe II.
- 2) Bagi pendidikan, hasil penelitian ini bermanfaat untuk dijadikan bahan ajar mengenai gambaran sikap dan perilaku mahasiswa tentang pola makan terhadap risiko terjadinya DM tipe II di satu Universitas Swasta di Indonesia Bagian Barat.
- 3) Bagi penelitian selanjutnya, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan variabel dan metode yang berbeda.