

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan salah satu dari 4 penyakit tidak menular yang masih menjadi prioritas target tindak lanjut oleh pemimpin dunia. Menurut WHO (*World Health Organization*) Global Report tahun 2021 jumlah kasus dan prevalensi diabetes melitus terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. Hal ini didukung juga oleh pernyataan International Diabetes Federation (IDF) tahun 2017 menyebutkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di dunia adalah 10,3 juta penderita dan telah menjadikan Diabetes Melitus sebagai penyebab kematian urutan ke-6 di dunia.

Prevalensi diabetes melitus diprediksi akan mengalami peningkatan menjadi 6,4% pada tahun 2045 dimana Indonesia menempati urutan ke-7 setelah India, China, United States, Mexico, Brazil, Egypt dengan jumlah penderita diabetes melitus sebesar 16,7 juta penderita (IDF, 2017). Berdasarkan data (Riskesdas, 2018) penyakit Diabetes Melitus di Indonesia dari tahun 2013-2018 di dapatkan pada tahun 2013 berjumlah 6,9% dan pada tahun 2018 berjumlah 8,5%. Prevalensi diabetes melitus berdasarkan hasil pengukuran gula darah pada penduduk umur  $\geq 15$  tahun yang bertempat tinggal di perkotaan adalah 10,6%.

Profil kesehatan Kabupaten Tulungagung tahun 2017, juga menyebutkan penyakit diabetes masih menjadi 10 besar penyakit yang memiliki prevalensi terbanyak dalam 3 tahun terakhir. Penyakit diabetes melitus tipe 2 berada di posisi ke 9 pada tahun 2016 – 2017, sedangkan pada tahun 2016 diabetes ada pada peringkat ke-9 dalam Jumlah Kasus Penyakit Terbanyak di Kabupaten Tulungagung yaitu sebanyak 4.767 kasus (BPS Kabupaten Tulungagung, 2017).

Jumlah penderita diabetes melitus dapat disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya adalah faktor keturunan/genetik, obesitas, perubahan gaya hidup, pola makan yang salah, obat-obatan yang mempengaruhi kadar glukosa darah, kurangnya aktivitas fisik, proses menua, kehamilan, perokok dan stres (Toriquddin, 2019). Diabetes

biasanya akan muncul saat sudah memasuki usia rentan, yaitu  $\geq 45$  tahun yang mengalami kegemukan, sehingga insulin pada tubuh tidak merespon. Faktor degeneratif yaitu fungsi tubuh yang menurun pada seseorang yang berusia  $\geq 45$  tahun dapat mengalami peningkatan risiko pada kejadian diabetes melitus dan intoleransi glukosa. Khususnya kemampuan dari sel  $\beta$  pada metabolisme glukosa untuk memproduksi insulin (Mahfudzoh, 2019)

Penelitian Abidah Nur, dkk tahun 2016 menyebutkan pola makan makanan manis, asin dan berlemak juga berhubungan secara signifikan dengan kejadian diabetes melitus, sedangkan Konsumsi makanan asin berisiko terkena diabetes melitus sebesar 2,62 kali. Sedangkan konsumsi makanan manis dan berlemak berisiko lebih rendah terkena diabetes mellitus. Berbeda dengan penelitian oleh Wicaksono dan Witasari yang melaporkan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan manis memiliki risiko terkena diabetes mellitus dua kali lipat. Pada kondisi stres tertentu, seseorang dapat mengalami peningkatan nafsu makan yang tinggi, sehingga mengakibatkan berat badan bertambah yang mengarah ke obesitas yang akhirnya dapat memicu terjadinya diabetes mellitus tipe 2 (Zhuhdi, 2017).

Pasien diabetes mellitus akan merasakan stres dalam dirinya. Stres dan diabetes melitus memiliki hubungan yang sangat erat terutama pada penduduk perkotaan. Tekanan kehidupan dan gaya hidup tidak sehat sangat berpengaruh, ditambah dengan kemajuan teknologi yang semakin pesat dan berbagai penyakit yang sedang diderita menyebabkan penurunan kondisi seseorang hingga memicu terjadinya stres (Syahrir, H. 2016). Kondisi emosional yang tidak stabil ini dapat menyebabkan individu cenderung melakukan pelarian diri dengan cara banyak makan makanan yang mengandung kalori atau kolesterol tinggi, energi dan protein, sehingga berakibat pada obesitas yang merupakan salah satu penyebab penyakit diabetes melitus tipe 2 (Oktavia dkk, 2021).

Pasien diabetes melitus berjenis kelamin wanita lebih sering mengalami stres dibandingkan dengan pria, hal ini ditandai dengan frekuensi berkonsultasi mengenai penyakit diabetes mellitus lebih sering dilakukan wanita

untuk menanyakan tentang kondisi, pengobatan, kadar gula, dan asupan makan. Menurut Lusiana Adam (2019) dalam penelitiannya berasumsi bahwa pasien dengan tingkat stres tinggi mempengaruhi hasil kadar gula darahnya sehingga meningkat, sebaliknya jika pasien mengalami tingkat stres rendah akan menimbulkan kadar glukosa yang normal.

Edukasi gizi merupakan proses formal dalam melatih keterampilan atau membagi pengetahuan dan pemahaman yang membantu pasien untuk mengelola perubahan perilaku terkait penyakit dan pengobatannya secara sukarela. Oleh karena itu, pemberian edukasi sangat diperlukan mutlak untuk pasien dan keluarganya. Edukasi serta informasi yang tepat bisa meningkatkan kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan yang komprehensif, sehingga pengendalian kadar glukosa darah bisa tercapai (Paruntu dkk, 2018).

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah edukasi mempengaruhi faktor stres, asupan makan dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh edukasi terhadap faktor stres, asupan makan dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis pengaruh edukasi terhadap faktor stres pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung
- b. Menganalisis pengaruh edukasi terhadap asupan makan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung
- c. Menganalisis pengaruh edukasi terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Institusi pendidikan**

Dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya dalam bidang gizi terutama terkait edukasi terhadap tingkat stres, asupan makan dan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2.

##### **2. Bagi Puskesmas**

Dapat memperhatikan tingkat stres, asupan makan dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus dalam materi edukasi terhadap pasien diabetes mellitus tipe 2.

##### **3. Bagi Peneliti**

Manfaat bagi peneliti adalah dapat menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama kuliah dengan realita masalah yang ditemui di lapangan khususnya dalam bidang gizi klinik

##### **4. Bagi Pasien**

Manfaat yang diperoleh oleh pasien adalah untuk menambah wawasan tentang pengaruh edukasi terhadap faktor stres agar dapat mengontrol pola makan dan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2.