

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular adalah jenis penyakit yang tidak disebabkan oleh infeksi dan tidak menyebar dari orang ke orang, salah satu contohnya adalah diabetes. Diabetes terjadi ketika tubuh tidak dapat memproduksi atau menggunakan insulin secara efektif, sehingga kadar gula dalam darah menjadi tinggi. Penyakit ini bersifat kronis dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti kerusakan pada jantung, ginjal, mata, dan saraf. Gaya hidup tidak sehat seperti pola makan buruk, kurang aktivitas fisik, dan kelebihan berat badan merupakan faktor risiko utama terjadinya diabetes. Oleh karena itu, pencegahan dan pengelolaan penyakit ini sangat bergantung pada perubahan gaya hidup dan pengawasan medis yang teratur (Kemenkes, 2020).

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia kronik dengan gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak akibat defisiensi insulin absolut atau relatif yang disertai disfungsi pada sistem organ. Penyakit ini telah menunjukkan peningkatan prevalensi yang luar biasa dengan adanya transisi demografi dalam epidemiologinya dalam beberapa tahun terakhir. Populasi yang sebelumnya tidak terpengaruh atau hanya sedikit terpengaruh oleh Diabetes Melitus kini melaporkan angka prevalensi yang melonjak, yang menimbulkan tantangan nyata bagi pembiayaan kesehatan oleh pemerintah dan organisasi non pemerintah (Uloko dkk., 2018).

Pada penderita Diabetes mellitus, pankreasnya sebenarnya menghasilkan insulin dalam jumlah yang cukup untuk mempertahankan kadar glukosa darah pada tingkat normal, namun insulin tersebut tidak dapat bekerja maksimal membantu sel-sel tubuh menyerap glukosa karena terganggu oleh komplikasi-komplikasi obesitas, salah satunya adalah kadar lemak darah yang tinggi (terutama kolesterol dan trigliserida). Karena tidak efektifnya kerja insulin membantu penyerapan glukosa oleh sel-sel tubuh maka pankreas akan berusaha menghasilkan lebih banyak insulin. Lama-kelamaan karena dipaksa untuk menghasilkan insulin secara berlebihan secara terus menerus, akhirnya kemampuan pankreas untuk menghasilkan insulin semakin berkurang. Kondisi ini disebut resistensi insulin (insulin resistance). Resistensi insulin merupakan faktor resiko seseorang dapat mengalami diabetes mellitus. Dengan demikian diperlukan upaya untuk mencegah atau menanggulangnya dengan cara melakukan edukasi melalui pendidikan gizi dan hidup sehat di setiap daerah (Sarifah, 2020).

Diabetes meletus telah menjadi salah satu tantangan kesehatan global yang sangat serius. Menurut data terbaru dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023, sekitar 422 juta orang di seluruh dunia hidup dengan kondisi diabetes, dengan mayoritas penderita berasal dari negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diabetes juga menjadi penyebab kematian yang signifikan, dimana sekitar 1,5 juta kematian setiap tahun secara langsung dikaitkan dengan penyakit ini. Angka ini menunjukkan betapa pentingnya upaya pencegahan dan pengelolaan diabetes untuk mengurangi beban penyakit dan kematian yang diakibatkannya (*World Health Organization*, 2023).

Obesitas merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya diabetes melitus, terutama tipe 2. Kondisi ini ditandai dengan penumpukan lemak berlebih dalam tubuh, yang dapat mengganggu kerja hormon insulin dalam mengatur kadar gula darah. Lemak, khususnya yang menumpuk di area perut (lemak viseral), dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan meningkatkan resistensi insulin, yaitu kondisi di mana sel-sel tubuh tidak merespons insulin secara efektif. Akibatnya, kadar glukosa dalam darah tetap tinggi, meskipun tubuh telah memproduksi insulin dalam jumlah cukup. Jika dibiarkan, kondisi ini dapat berkembang menjadi diabetes melitus yang kronis (WHO, 2021).

Kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu penyebab utama obesitas. Gaya hidup modern yang cenderung sedentari, seperti duduk terlalu lama di depan komputer atau televisi, membuat tubuh membakar lebih sedikit kalori. Ketika kalori yang masuk melalui makanan tidak diimbangi dengan pengeluaran energi melalui aktivitas fisik, maka kelebihan kalori tersebut akan disimpan dalam bentuk lemak tubuh. Aktivitas fisik yang cukup dan teratur sangat penting dalam menjaga keseimbangan energi serta meningkatkan sensitivitas insulin, sehingga tubuh lebih efisien dalam mengontrol kadar gula darah (WHO, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2020), menjelaskan bahwa diabetes mellitus (DM) adalah penyakit kronis atau menahun berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah di atas normal. Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang kompleks yang membutuhkan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multifaktor di luar kendali glikemik (Kemenkes RI, 2020).

Menurut Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Kemenkes RI (2020), diabetes melitus merupakan suatu penyakit menahun yang ditandai oleh kadar glukosa darah yang melebihi nilai normal. Dimana nilai normal gula darah sewaktu (GDS) / tanpa puasa adalah < 200 mg/dl sedangkan gula darah puasa (GDP) < 126 mg/dl. Diabetes mellitus disebabkan oleh kekurangan hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas untuk menurunkan kadar gula darah (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data terkini yang diperoleh dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, ditemukan bahwa prevalensi penyakit diabetes melitus di Indonesia bervariasi menurut kelompok usia. Untuk kelompok usia 15 tahun ke atas, tercatat bahwa sebanyak 11,7% dari populasi mengalami kondisi ini. Sementara itu, prevalensi pada kelompok usia anak-anak yang berusia antara 5 hingga 14 tahun tercatat jauh lebih tinggi, yaitu mencapai 55,7%. Pada kelompok usia remaja dan dewasa muda, yakni usia 15 hingga 24 tahun, prevalensi diabetes melitus berada pada angka 29,3%. Sedangkan pada kelompok usia dewasa pertengahan, khususnya mereka yang berusia antara 35 hingga 44 tahun, prevalensinya mencapai 19,9%. Seluruh data ini merujuk pada hasil pemantauan kesehatan masyarakat yang dilakukan oleh SKI pada tahun 2023.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatera Barat (2023), jumlah penduduk Sumatera Barat mencapai sekitar 5,64 juta jiwa, dengan mayoritas berada pada kelompok usia produktif, yaitu sekitar 4,76 juta jiwa atau 84% berusia di atas 15 tahun. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi Diabetes Mellitus (DM) secara

nasional pada kelompok usia 18–59 tahun sebesar 3,1% menurut diagnosis dokter dan mencapai 11,7% berdasarkan pengukuran kadar gula darah, sedangkan untuk usia > 60 tahun prevalensi mencapai 6,5% (diagnosis dokter) hingga 24,3% (pemeriksaan gula darah) (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Jika prevalensi tersebut diaplikasikan pada populasi Sumatera Barat, maka diperkirakan terdapat lebih dari 95.000 kasus DM pada usia produktif (berdasarkan diagnosis dokter), dan jumlah ini dapat meningkat hingga lebih dari 350.000 kasus jika berdasarkan pengukuran gula darah. Pada kelompok usia lanjut (> 60 tahun) yang berjumlah sekitar 400.000 jiwa, estimasi jumlah kasus DM berkisar antara 26.000 hingga lebih dari 97.000 kasus. Estimasi ini menunjukkan bahwa beban penyakit DM di Sumatera Barat kemungkinan jauh lebih besar dari angka yang tercatat secara administratif, seiring dengan peningkatan jumlah penduduk usia lanjut dan perubahan gaya hidup (BPS Sumatera Barat, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Penelitian oleh Arnida (2024) di Kabupaten Musi Rawas Utara menemukan bahwa faktor usia, tingkat pendidikan, obesitas, aktivitas fisik, hipertensi, riwayat diabetes dalam keluarga, dan kebiasaan merokok memiliki hubungan signifikan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada usia produktif. Studi ini menggunakan desain cross-sectional dengan sampel pasien diabetes yang berobat di puskesmas setempat dan menegaskan pentingnya faktor gaya hidup dan kondisi klinis dalam risiko diabetes (Arnida, 2024).

Berdasarkan Penelitian oleh Rizki Anwar (2021) menunjukkan bahwa stres ringan, tingkat pendidikan, pola makan tidak sehat, aktivitas fisik rendah, obesitas, riwayat keluarga, serta tren merokok dan pengaruh media sosial

merupakan faktor risiko utama diabetes pada remaja dan usia produktif. Penelitian ini menekankan peran gaya hidup modern dan konsumsi makanan yang tidak teratur sebagai pemicu meningkatnya kejadian diabetes (Rizki Anwar, 2021).

Berdasarkan Penelitian Wahyuni (2024) dalam penelitiannya di Desa Jajar, Kabupaten Kediri, mengidentifikasi status gizi, paparan asap rokok, hipertensi, riwayat keluarga diabetes, dan riwayat melahirkan bayi dengan berat badan >4 kg sebagai faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes pada wanita usia reproduksi. Penelitian observasional ini menggunakan metode cross-sectional dan analisis statistik *chi-square* untuk menguji hubungan antar variabel (Wahyuni, 2024).

Berdasarkan data dari laporan tahunan Dinas Kesehatan Kota Padang, (2023) diabetes mellitus penyakit terbanyak di Puskesmas Sekota Padang dengan 13.946 kasus DM. Berdasarkan jenis pelayanan kesehatan penderita DM, jumlah penderita DM terbanyak ditemukan di Puskesmas Belimbing sebanyak 998 orang, Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 881 orang, dan Puskesmas Lubuk Begalung sebanyak 862 orang.

Laporan tahunan Puskesmas Lubuk Buaya menyebutkan bahwa jumlah kunjungan pelayanan DM pada tahun 2023 sebanyak 12.171 kunjungan. Data kemampuan pelayanan kesehatan pada penderita DM di Puskesmas Lubuk Buaya dengan jumlah 881 orang, Jumlah yang dilayani sesuai standar sebanyak 567 orang (Laporan Tahunan Puskesmas Lubuk Buaya Tahun, 2024).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 Mei 2025 di Puskesmas Lubuk Buaya, dari 10 orang responden yang didata

terdapat 4 orang responden mengidap diabetes mellitus. Terdapat 6 orang responden merasakan bahwa riwayat keluarga berperan dalam kejadian diabetes melitus, Sebanyak 6 responden diketahui mengonsumsi makanan lebih dari tiga kali dalam sehari, sementara 8 responden lainnya tidak melakukan aktivitas fisik, keduanya terkait dengan kadar gula darah.

Maka dari itu, penting bagi masyarakat untuk memahami bahwa resistensi insulin tidak hanya berkaitan dengan faktor genetik, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh pola hidup sehari-hari. Konsumsi makanan tinggi gula dan lemak jenuh, kurangnya aktivitas fisik, serta stres yang berkepanjangan dapat mempercepat terjadinya resistensi insulin. Pencegahan diabetes mellitus melalui perubahan gaya hidup yang lebih sehat menjadi langkah yang krusial, terutama dengan memperbaiki pola makan, rutin berolahraga, menjaga berat badan ideal, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Intervensi dini melalui edukasi kesehatan yang terstruktur di tingkat keluarga, sekolah, dan komunitas dapat menjadi strategi efektif dalam menurunkan prevalensi diabetes serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan (Kemenkes, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lanjut tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu Apa saja Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- b. Diketahui distribusi frekuensi riwayat keluarga dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- c. Diketahui distribusi frekuensi obesitas dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- d. Diketahui distribusi frekuensi aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- e. Diketahui hubungan riwayat keluarga dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

- f. Diketahui hubungan obesitas dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.
- g. Diketahui hubungan Aktivitas Fisik dengan kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi peneliti

Meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan bacaan dan sumber referensi pada peneliti lain yang melakukan penelitian terkait tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

2. Praktis

a. Bagi Universitas Alifah Padang

Sebagai tambahan informasi dan sumber kepustakaan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada usia produktif.

b. Bagi Puskesmas Lubuk Buaya

Sebagai bahan masukan dalam pengambilan keputusan dalam evaluasi Kejadian Diabetes Melitus pada usia produktif.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada usia produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu kejadian diabetes melitus sedangkan variabel independen yaitu riwayat keluarga, obesitas, dan aktifitas fisik. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Maret-Agustus 2025 di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 9 - 17 September 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh usia produktif yang berkunjung ke Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang dan sampel pada penelitian ini sebanyak 96 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan cara wawancara metode pengambilan sampel dengan teknik *accidental sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat, untuk mengetahui distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel dengan menggunakan uji *chi Square*.