

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM), juga dikenal sebagai penyakit kronik, adalah kondisi yang berkembang secara perlahan, terjadi karena pankreas tidak dapat menghasilkan cukup insulin untuk tubuh atau tubuh tidak dapat memanfaatkan produksi insulin yang ada (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa 1 dari 2 orang yang menderita diabetes belum menyadari bahwa mereka menderita diabetes. Selain itu, 80 persen kejadian diabetes dapat dicegah (Silalahi, 2019). Banyak faktor risiko yang dapat menyebabkan diabetes, dan perilaku hidup yang tidak sehat adalah penyebab paling umum. Menurut Astuti (2019), peningkatan kadar gula darah di atas nilai normal menyebabkan prediabetes, yang paling umum terjadi pada orang berusia 20 hingga 44 tahun. Pradiabetes adalah tanda awal diabetes tipe 2 yang tidak terlihat dan serius (Watts, 2021). Hasil laboratorium HbA1c 5,7-6,4%, glukosa darah puasa 100-125 mg/dl, dan glukosa plasma 140-199 mg/dl dua jam setelah tes toleransi glukosa oral adalah tanda-tanda pradiabetes (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020b).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes berdasarkan diagnosis dokter mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018, yakni 1,5% di tahun 2018 dan 1,7% di tahun 2023 pada semua kelompok usia, serta 2,0% di tahun 2018

dan 2,2% di tahun 2023 pada kelompok usia ≥ 15 tahun (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). IDAI sebelumnya mempublikasikan data yang menunjukkan bahwa prevalensi diabetes pada anak meningkat 70 persen pada Januari 2023 dibandingkan dengan tahun 2010. Menurut IDAI, 1.645 anak di Indonesia mengidap diabetes, dengan prevalensi dua kasus per 100.000 anak. Sekitar 60% dari populasi tersebut adalah perempuan. Di sisi lain, berdasarkan usia, 31% orang berusia 14 tahun atau lebih, sementara 46% berusia antara 10 dan 14 tahun. Provinsi Jawa Timur memiliki tingkat diabetes melitus (DM) yang meningkat secara signifikan, menurut data SKI (2023). Menurut penelitian yang dilakukan di Kabupaten Sidoarjo, risiko diabetes mencapai 42% pada remaja berusia antara 15 dan 20 tahun, dengan kadar glukosa darah rata-rata 104,35–130,01 mg/dl. Konsumsi makanan cepat saji (71%), minuman instan (31%), dan merokok (5%) (UNUSA Repository) (Lokadata). Secara keseluruhan, prevalensi diabetes di Jawa Timur pada orang usia ≥ 15 tahun adalah sekitar 2,7% berdasarkan diagnosa dokter, yang merupakan peringkat ke lima dari 35 provinsi di Indonesia (SKI, 2023).

Tingginya angka prevalensi diabetes pada orang usia lebih dari 15 tahun ini menjadi sebuah persoalan yang patut diperhatikan. Semakin meningkatnya prevalensi diabetes pada usia remaja saat ini dikarenakan beberapa faktor salah satunya karena konsumsi makanan dan minuman tinggi kalori terutama bercita rasa manis (Rosalinda et al., 2024) yang mana pola makan termasuk dalam pengetahuan upaya pencegahan diabetes melitus akibat kurangnya pengetahuan remaja ini dalam melakukan

pencegahan menjadikan remaja beresiko terhadap penyakit diabetes melitus di kemudian hari (Rosalinda et al., 2024). Hal tersebut sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Silalahi pada tahun 2019 menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang cara mencegah DM tipe 2 dan tindakan pencegahannya di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya (Silalahi, 2019). Hasil penelitian pada pasien DM di RS. dr. Soepraoen Malang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan pasien dan gaya hidup mereka. Studi tersebut menemukan bahwa pengetahuan yang baik meningkatkan perilaku hidup pasien. Studi tambahan yang membuktikan hubungan antara pengetahuan tentang DM dengan pola makan dan aktivitas fisik, yang dilakukan pada 34 subjek di Klinik Griya Bromo Malang. Pada penelitian tersebut menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang DM dengan pola makan dan aktivitas fisik yang dihasilkan.

Makan makanan siap saji, makanan berlemak tinggi, gula, dan garam, menyebabkan peningkatan jumlah penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus. Sesuai dengan salah satu studi penelitian yang membuktikan bahwa Panganan siap saji dan langsung merupakan jenis pangan yang banyak disukai, tetapi jika kita mengkonsumsi pangan yang mengandung gula berlebih maka akan mengakibatkan penyakit, diantaranya diabetes melitus. Prevalensi diabetes melitus untuk anak di bawah 18 tahun di Indonesia mengalami lonjakan 70 kali lipat dari tahun 2010 hingga 2023 menurut Ikatan Dokter Anak di Indonesia (IDAI, 2015). Sebanyak 87% dari total keseluruhan menggambarkan bahwa remaja mengkonsumsi fast food

maupun junk food dengan frekuensi yang terbilang sering (Silalahi, 2019). Semua pengetahuan yang dimiliki setiap orang sangat penting untuk sikap dan tindakan mereka ambil di kemudian hari. Perilaku seseorang ketika usia muda sangat menentukan kesehatannya disaat tua nanti sehingga sasaran pencegahan DM yang paling mendasar ada pada kelompok masyarakat usia remaja hingga dewasa muda. Menurut Ayu Susilowati A dan Nata Waskita K (2019), orang yang tidak berolahraga memiliki risiko 2 kali lebih besar terkena diabetes tipe 2 dibandingkan dengan orang yang berolahraga secara teratur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang didapatkan data sekunder dari laporan hasil Posbindu PTM terkait kesehatan santriwati saat ini bahwa dari 82 santriwati ditemukan santriwati dengan prediabetes sebanyak 2% dan 98% lainnya memiliki gula darah normal. Peneliti melakukan wawancara terhadap 10 santriwati dengan pertanyaan meliputi pengertian DM, penyebab, tanda gejala, dan faktor risiko, didapati bahwa 2 santriwati mengetahui bahwa DM merupakan kencing manis atau adanya gula dalam darah yang disebabkan karena konsumsi gula dan 8 lainnya tidak mengetahui pengertian DM, penyebab, tanda gejala, faktor risiko, komplikasi, dan penatalaksanaan DM. Hal tersebut didukung akses informasi yang terbatas yakni media cetak (buku terkait DM) maupun elektronik (*internet/handphone*) yang mana peraturan pondok tidak memperbolehkan santriwati membawa alat elektronik apapun namun pondok pesantren menyediakan penyewaan *handphone* dan memberikan

kesempatan setiap santriwati pemakaian 2 kali dalam sebulan dengan lama 30 menit dan belum tercapainya pemberian edukasi terkait penyakit tidak menular dari petugas kesehatan setempat. Petugas kesehatan setempat sebelumnya sudah melakukan edukasi atau sosialisasi terkait perilaku hidup bersih dan penyakit menular yakni *scabies* yang mana banyak dijumpai santri maupun santriwati yang terpapar. Dan penerapan gaya hidup sehat pada santriwati Pondok Pesantren Bani Syihab secara keseluruhan santriwati mengikuti kegiatan yang telah di program oleh pondok pesantren sendiri yang meliputi makan yang disediakan pondok 3 kali dalam sehari dengan aktivitas fisik seperti olahraga 3 kali dalam 1 minggu. Namun tak jarang beberapa santriwati makan 4 kali dalam sehari bilamana merasa lapar pada malam hari dan kebiasaan mengkonsumsi minuman kemasan dan makanan siap saji masih banyak ditemukan.

Pengetahuan mengenai diabetes melitus pada santriwati di lingkungan pondok pesantren yang masih memerlukan perhatian karena terbatasnya akses informasi di pondok pesantren dan kebiasaan santriwati yang masih mengkonsumsi minuman kemasan ataupun makanan siap saji walaupun gaya hidup yang telah diatur oleh pondok pesantren dapat menimbulkan berbagai macam penyakit dikemudian hari yang salah satunya adalah diabetes melitus. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan diabetes mellitus dengan gaya hidup pada remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang. Peneliti mengambil judul “Hubungan Pengetahuan tentang

Diabetes Melitus dengan Gaya Hidup pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah terdapat Hubungan antara pengetahuan tentang Diabetes Melitus dengan gaya hidup pada remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yakni untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang diabetes melitus dengan gaya hidup pada remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan tentang Diabetes Mellitus remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang.
2. Mengidentifikasi gaya hidup remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang.
3. Menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan gaya hidup remaja putri di Pondok Pesantren Bani Syihab Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi tambahan untuk mendukung konsep yang telah ada dan memperkaya ilmu di bidang kesehatan remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Dapat menambah pengetahuan, wawasan, serta pengalaman bagi penulis terkait pengetahuan diabetes melitus dengan gaya hidup pada remaja putri.

2. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi yang berguna dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengetahuan khususnya pada remaja agar lebih bisa menerapkan gaya hidup sehat dalam upaya pencegahan terjadinya masalah diabetes melitus di kemudian hari.

3. Bagi Institusi Penelitian

Hasil penelitian diharapkan menjadi kajian dan bahan referensi untuk peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan pengetahuan tentang diabetes melitus dan gaya hidup pada remaja putri di pondok pesantren.