

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit yang paling banyak ditemukan di masyarakat. Diabetes melitus adalah gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang tinggi akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi permasalahan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Diabetes melitus tidak hanya berdampak pada kesehatan individu tetapi juga memberikan beban ekonomi yang signifikan bagi masyarakat dan sistem pelayanan kesehatan. Komplikasi jangka panjang seperti penyakit kardiovaskular, kerusakan ginjal, gangguan penglihatan, hingga amputasi merupakan risiko serius bagi penderita diabetes yang tidak terkontrol. Secara sosial, peningkatan angka diabetes dapat menurunkan produktivitas masyarakat karena penderita memerlukan waktu yang lebih banyak untuk menjalani perawatan dan pemulihan. Hal ini berpotensi menurunkan kualitas hidup individu dan menambah beban kerja bagi anggota keluarga yang harus memberikan dukungan tambahan kepada penderita (Hasanah, 2024). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengelolaan yang efektif sangat penting untuk menekan laju peningkatan kasus diabetes melitus di masyarakat.

DM merupakan masalah kesehatan yang besar, berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita DM di dunia diperkirakan mencapai 463 juta orang pada tahun 2019 (WHO, 2019). Dalam *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, tercatat setengah

miliar orang di penjuru dunia hidup dengan diabetes, diperkirakan 10,5% sejumlah 536,6 juta jiwa penderita DM pada rentang usia 20-79 tahun di seluruh dunia menderita diabetes, dan angka ini diproyeksikan meningkat menjadi 12,2% pada tahun 2045 (Hong, dkk, 2022). Di Indonesia dapat diketahui bahwa pada tahun 2021, sekitar 19,5 juta orang dewasa di Indonesia menderita diabetes, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat di masa mendatang. Hal ini membuat Indonesia menempati peringkat kelima di dunia dalam jumlah kasus diabetes melitus. Peringkat ini naik dari posisi ketujuh pada tahun 2019 dengan jumlah kasus penderita diabetes sebanyak 10,7 juta orang. Peningkatan jumlah penderita diabetes yang signifikan menempatkan Indonesia di bawah negara-negara seperti China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat dalam hal jumlah kasus diabetes tertinggi di dunia.

Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi Diabetes Melitus pada penduduk usia 15 tahun ke atas di Indonesia mencapai 11,7%. Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur melaporkan jumlah penderita DM mencapai 929.535 kasus, dengan 93,3% di antaranya telah terdiagnosis dan telah mendapatkan pelayanan kesehatan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto dapat diketahui terjadi peningkatan prevalensi penderita DM dari tahun 2022 hingga 2024. Dapat diketahui pada tahun 2022 tercatat 18.609 kasus, meningkat sebesar 48,04% menjadi 27.614 kasus di tahun 2023, dan terus mengalami peningkatan di tahun 2024 sebesar 32,07% menjadi 36.802 kasus.

UPTD Puskesmas Puri menjadi salah satu wilayah yang mengalami peningkatan kasus yang paling signifikan. Hal ini tercermin dari lonjakan

jumlah kasus yang terjadi dalam tiga tahun terakhir. Berdasarkan profil kesehatan pada tahun 2022 UPTD Puskesmas Puri berada di urutan 24 dari 27 puskesmas yang ada di Kabupaten Mojokerto, dengan kejadian DM sebanyak 559 kasus. Kemudian mengalami peningkatan menjadi peringkat kedua di tahun 2023 sebanyak 1.539 kasus dan menjadi peringkat pertama dengan angka kejadian DM tertinggi di Kabupaten Mojokerto di tahun 2024 sebanyak 2.355 kasus. Angka ini menunjukkan bahwa UPTD Puskesmas Puri menjadi salah satu pusat perhatian dalam upaya penanggulangan DM di Kabupaten Mojokerto. Jumlah penderita DM di UPTD Puskesmas Puri dapat disebabkan oleh berbagai faktor risiko yang ada di masyarakat setempat.

Faktor risiko DM dapat dibagi menjadi dua kategori yaitu, faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga dengan DM, pekerjaan, dan pendidikan. Sementara itu, faktor yang dapat dimodifikasi mencakup obesitas, aktivitas fisik, pola makan, dan paparan asap rokok (Nasution, 2021). Obesitas merupakan salah satu faktor risiko penyebab DM. Individu dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 25 kg/m² memiliki risiko lebih tinggi terkena DM. Peningkatan berat badan sering terjadi akibat pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan IMT tinggi pada usia muda memiliki risiko 1,28-1,83 kali lebih besar untuk terkena DM (Wahidah, 2022). Selain obesitas, pola makan tinggi gula dan lemak juga berkontribusi terhadap peningkatan risiko kejadian DM. Konsumsi makanan dan minuman manis yang berlebihan dapat menyebabkan resistensi insulin dan peningkatan

kadar gula darah. Studi menunjukkan bahwa individu yang sering mengonsumsi makanan atau minuman manis memiliki risiko lebih tinggi terkena DM. Kurangnya aktivitas fisik juga merupakan faktor risiko signifikan untuk DM. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang rendah dan usia produktif akhir (30-40 tahun) merupakan faktor risiko dominan terjadinya DM (Ramadani, 2024). Individu yang kurang beraktivitas fisik memiliki risiko lima kali lebih besar mengalami DM dibandingkan dengan mereka yang aktif secara fisik. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan perilaku olahraga atau aktivitas fisik kurang dari dua kali seminggu 4,5 kali lebih berisiko terkena DM dibandingkan dengan mereka yang melakukan aktivitas fisik secara teratur (Ulya, dkk., 2023). Individu pada usia dewasa awal cenderung menjalankan gaya hidup sedentary dikarenakan kesibukan pekerjaan, hal tersebut dapat mengurangi waktu melakukan aktivitas fisik sehingga dapat meningkatkan risiko terkena DM.

Upaya pencegahan Diabetes Melitus di Indonesia telah diterapkan melalui pendekatan promotif, preventif, dan edukatif. Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan menjalankan program *CERDIK* yang berfokus pada gaya hidup sehat untuk mencegah penyakit tidak menular, termasuk diabetes. Program ini mencakup langkah-langkah seperti Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres dengan baik (Sartika, 2025). Selain itu, kampanye edukasi dilakukan secara luas melalui media sosial, seminar kesehatan, dan kegiatan penyuluhan di tingkat masyarakat. Puskesmas juga berperan aktif dalam deteksi dini melalui pemeriksaan gula darah berkala, terutama bagi kelompok

berisiko tinggi seperti individu dengan riwayat keluarga penderita diabetes, obesitas, atau gaya hidup tidak sehat.

Selain pendekatan kuratif, pemerintah juga mengembangkan strategi promotif dan preventif melalui Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) yang ditujukan bagi penderita penyakit kronis seperti diabetes melitus dan hipertensi. Prolanis merupakan inisiatif yang dijalankan oleh BPJS Kesehatan bekerja sama dengan fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP), yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup peserta melalui pemantauan rutin, edukasi kesehatan, dan pengelolaan kondisi penyakit secara berkesinambungan (Rahmawati, 2024). Kegiatan dalam Prolanis meliputi konsultasi medis berkala, pemeriksaan laboratorium, penyuluhan kelompok, senam sehat bersama, hingga kunjungan rumah untuk peserta yang memiliki keterbatasan mobilitas (Fauziah, 2020). Pendekatan holistik ini melibatkan tenaga kesehatan dan komunitas peserta Prolanis untuk mendorong kepatuhan terhadap pengobatan, penerapan pola makan sehat, serta aktivitas fisik yang teratur. Melalui pelaksanaan Prolanis yang konsisten, diharapkan komplikasi akibat penyakit kronis dapat ditekan dan angka kesakitan serta pembiayaan jangka panjang dapat diminimalisasi.

Dengan memahami faktor risiko yang spesifik dapat menentukan intervensi yang lebih tepat sehingga mampu menurunkan angka kejadian diabetes. Hal ini tidak hanya akan meningkatkan kualitas hidup individu, tetapi juga mengurangi beban ekonomi dan sosial akibat penyakit kronis ini. Oleh karena itu penting untuk melakukan mengenai faktor risiko DM di UPTD Puskesmas Puri. Penelitian semacam ini akan memberikan gambaran

yang jelas mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kejadian diabetes pada usia dewasa awal di UPTD Puskesmas Puri. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang program pencegahan dan penanggulangan diabetes yang lebih efektif dan tepat sasaran. Selain itu, penelitian ini juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga pola hidup sehat untuk mencegah terkena penyakit Diabetes Melitus. Pentingnya deteksi dini DM tidak dapat diabaikan, dengan melakukan pemeriksaan rutin kadar gula darah pada individu dengan faktor risiko tinggi, seperti riwayat keluarga DM, obesitas, dan kurang aktivitas fisik, perlu dilakukan secara berkala sehingga dapat menjagah adanya komplikasi. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Pada Peserta Prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto”.

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, batasan masalah ini dibatasi pada variabel pekerjaan, riwayat keluarga dengan DM, aktivitas fisik, dan pola makan. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah faktor risiko apa yang berpengaruh terhadap kejadian Diabetes Melitus pada peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor risiko yang dapat menyebabkan kejadian Diabetes Melitus pada peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pekerjaan peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- b. Mengidentifikasi riwayat keluarga dengan DM peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- c. Mengidentifikasi aktivitas fisik peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- d. Mengidentifikasi pola makan peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- e. Mengidentifikasi kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- f. Menganalisis pengaruh pekerjaan terhadap kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- g. Menganalisis pengaruh riwayat keluarga dengan DM terhadap kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- h. Menganalisis pengaruh aktivitas fisik terhadap kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- i. Menganalisis pengaruh pola makan terhadap kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.
- j. Menganalisis pengaruh pekerjaan, riwayat keluarga dengan DM, aktivitas fisik, dan pola makan pada peserta prolanis di UPTD Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat menjadi sarana pembelajaran dan memperluas wawasan khususnya di bidang kesehatan masyarakat serta dapat dijadikan bahan informasi dan pembanding bagi peneliti selanjutnya apabila ada peneliti yang ingin mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait faktor risiko terhadap kejadian Diabetes Melitus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperoleh pengalaman dan diharapkan untuk mampu dalam mengimplementasikan berbagai teori yang didapatkan selama masa pembelajaran.

b. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai suatu sumber informasi yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat terhadap penyakit Diabetes Melitus sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan sedini mungkin.

c. Bagi Puskesmas

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi mengenai pengaruh pekerjaan, riwayat keluarga dengan DM, aktivitas fisik, dan pola makan terhadap kejadian Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Puri.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan untuk penelitian selanjutnya dan digunakan sebagai sumber referensi.