# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus ini merupakan Penyakit tidak menular (PTM), tetapi memerlukan waktu jangka panjang dan tidak bisa sembuh namun dapat ditangani dengan mengendalikan factor risiko. Diabetes mellitus terjadi karena gangguan metabolism pada organ pancreas, ditandai dengan meningkatnya gula darah atau kondisi hiperglikemia karena menurunnya kadar insulin dari pankreas. (Lestari *et al*., 2021)

Menurut statistik *Global Burden of Disease* secara global, diperkirakan penderita Diabetes Mellitus di dunia sekitar 382 juta orang di tahun 2013 usia 45-59 tahun dan akan meningkat pada tahun 2035 menjadi 592 juta. Sedangkan, Federasi Diabetes Internasional memperkirakan 1,1 juta anak-anak dan remaja berusia 14–19 tahun menderita Diabetes Mellitus Tipe 1. Jika tidak ada cara untuk menghentikan kenaikan jumlah penderita Diabetes, maka setidaknya 629 juta orang dengan penyakit Diabetes. (IDF, 2021)

Di wilayah Asia Tenggara, Indonesia menempati peringkat ke tiga denga prevalensi sebesar 11,3 %. Selain itu, di antara sepuluh negara dengan jumlah penderita tertinggi, Indonesia berada di peringkat ke-7, dengan 10, 7 juta penderita Diabetes Mellitus (IDF, 2021).

Di Provinsi Bengkulu, ada 1057 orang menderita Diabetes Mellitus pada tahun 2017, 741 orang pada tahun 2018 dan 1108 orang pada tahun 2019. Mayoritas penderita Diabetes Mellitus berusia antara 20-70 tahun. Pada tahun 2020, ada 12.164 orang di Prov Bengk ulu yang memiliki Diabetes Mellitus.(Zuzetta *et al*., 2022)

Diabetes Mellitus Tipe 1 biasanya terjadi pada usia remaja, yang bergantung pada insulin karena pangkreas menghasilkan sedikit bahkan tidak memproduksi insulin. Kejadian Diabetes Mellitus pada anak mencapai 1220 kasus pada tahun 2018 dan akan terus meningkat setiap tahunnya, para ahli memperkirakan bahwa kejadiaan Diabetes Mellitus akan mengalami peningkatan 64% pada tahun 2025. Kejadian Diabetes Tipe 1 pada remaja adalah 0,7 setiap 1000 anak. Pada Diabetes Mellitus tipe 1 pentingnya untuk melakukan pola hidup sehat, diet seimbang dan mengkonsumsi makanan yang bergizi (Ganie & Malik, 2022)

Diabetes Mellitus tipe II tidak mempengaruhi insulin tetapi di pengaruhi faktor gaya hidup dan merupakan jenis Diabetes yang paling umum dan menyerang semua kalangan dari remaja sampai lansia. Diabetes Mellitus tipe 2 yang dulunya dikenal sebagai diabetes pada usia dewasa, kini semakin menjadi masalah kesehatan global yang signifikan, terutama di antara populasi remaja. Diabetes Mellitus Tipe II merupakan penyakit yang ditandai dengan resistensi insulin serta disfungsi sekresi insulin, yang menyebabkan glukosa darah meningkat. Penyakit ini mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup orang yang terkena. Remaja sebagai generasi muda bangsa akan membawa harapan bagi masa depan. Dalam siklus kehidupan, masa remaja menjadi periode penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Di fase ini, peningkatan kebutuhan nutrisi terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik, di mana protein dan kalsium menjadi zat gizi penting untuk mendukung perkembangan tubuh pada masa remaja.(Ardilla *et al*., 2023)

Gaya hidup yang tidak sehat bisa menjadi penyebab Diabetes pada remaja, seperti mengkonsumsi makanan cepat saji, manis berlebihan dan juga kebiasaan merokok mengonsumsi alkohol serta jam tidur yang kurang. Kurang melakukan aktivitas fisik atau yang sering disebut " malas bergerak " sanagat perlu dihindari untuk mencegah peningkatan risiko Diabetes, jika seseorang melakukan olahraga atau aktivitas fisik yang cukup maka dapat mengontrol gula darah. Banyak remaja yang tidak memperdulikan kesehatan karena kurang nya pengetahuan bagaimana cara mencegah penyakit Diabetes dan apa dampak kedepannya. Serta pola makan tidak seimbang dan mengkonsumsi makanan pokok seperti karbohidrat, tinggi konsumsi lemak, kurang makan buah dan sayur lebih berpeluang menderita Diabetes Mellitus (Julliyana *et al*., 2024)

Upaya yang bisa dilakukan untuk menerapkan gaya hidup sehat terhadap remaja yaitu memberikan pengetahuan serta bagaimana cara mencegah terjadinya Diabetes Mellitus. Karena pentingnya pengetahuan bagi remaja tentang risiko Diabetes Mellitus untuk itu peneliti merasa perlu melakukan penelitian dengan judul " Hubungan Pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan Gaya Hidup pada Remaja di SMA Negeri 10 Bengkulu" adalah salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mendorong remaja untuk menerapkan gaya hidup yang lebih baik lagi.

## B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan Hubungan Pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan Gaya Hidup pada remaja di SMA Negeri 10 Bengkulu.

## C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan Gaya Hidup pada Remaja di SMA Negeri 10 Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

a. Mengukur Tingkat Pengetahuan: Mengukur tingkat pengetahuan remaja mengenai Diabetes dan faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman mereka

b. Menilai Gaya Hidup: Mengkaji komponen gaya hidup remaja, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan tidur.

c. Menganalisis Hubungan: Menganalisis hubungan pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan Gaya Hidup di kalangan remaja.

## D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini, peneliti berharap dapat meningkatkan pengetahuan tentang gaya hidup dalam pencegahan Diabetes Mellitus.

2. Bagi Instalasi

Diharapkan dapat membantu untuk mendapatkan informasi tentang gaya hidup terhadap pengetahuan dan pencegahan Diabetes dikalangan remaja.

3. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai refrensi untuk penelitian yang akan datang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian**

| No | Judul Penelitian | Nama Peneliti | Lokasi dan waktu penelitian | Jenis Penelitian | Variabel Penelitian |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus | Waode Azfari Aziz, Laode Yusman muriman, Sri Rahayu Burhan | Di Puskesmas Meo-Meo | Dekriptif kuantitatif *cross-sectional* | Tingkat pengetahuan, dengan gaya hidup |
| 2 | Hubungan perilaku sedentary lifestyle dengan tingkat risiko kejadian Diabetes Mellitus pada remaja | Ressa Juliyana, Poppi Sopiah, Rafika rosyida | Januari - Februari 2024 di SMA Kecamatan Cimalaka, Kabupaten Sumedang | penelitian kuantitatif korelasional \ cross sectional. | hubungan sedentary lifestyle dengan risiko kejadian DM pada remaja |
| 3 | Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan Diabetes Mellitus | Yulianto Machmud, Abdul Kadir Ahmad, Hilmiyah Purnama Putri | SMK Negeri 10 Makassar | Kuantitatif dengan pendekatan True Eksperiment<br>Cluster random sampling | Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan |
| 4 | Hubungan Gaya Hidup dengan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus tipe II | Mustika, Suarnianti, Andi Fajriansi | Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kab. Bone. | Kuantitatif<br>Cross Sectional | Hubungan Gaya Hidup Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 |
| 5 | Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II | Tata Zuzetta, Nadia Pudiarifanti, Sayuti Noviandi | Puskesmas Sawah lebar Bengkulu | Penelitian analitik observasionaCross Sectional | Faktor yang mempengaruhi kualtas hidup |