BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peradaban manusia yang terus berkembang seiring dengan perubahan zaman, hal tersebut tentu saja akan berdampak secara langsung terhadap pola atau gaya hidup manusia. Oleh karena itu manusia cenderung memilih untuk bergaya hidup yang serba praktis, cepat dan instan. Gaya hidup tersebut juga banyak dianut manusia modern dalam mengkonsumsi makanan. Mereka memilih untuk mengkonsumsi makanan atau minuman siap saji yang didapat melalui *fast food*, maupun melalui makanan instant. Padahal makanan dan minuman jenis tersebut pada umumnya nerugikan kesehatan (Purwandari 2014). Data dari pusat diabetes dan Nutrisi di Indonesia menjelaskan bahwa efek dari perkembangan gaya hidup yang berkemungkinan besar mengakibatkannya tak seimbangnya asupan nutrisi dan aktivitas yang cenderung mengarah ke kejadian obesitas harus diwaspadai. Obesitas dapat disebut debagai oenyakit kronik dan prediktor suatu penyakit. Bersamaan dengan meningkatnya obesitas prevalensi penyakit kadar gula darah tinggi pun semakin meningkat, sebab penderita obesitas sendiri mempunyai resiko tinggi terjadinya retensi insulin sehingga bila tidak ditangani dengan cepat akan berlanjut menjadi penyakit diabetes (Purwandari 2014).

Diabetes Melitus merupakan salah satu dari empat prioritas Penyakit Tidak Menular penyebab kematian terbanyak di seluruh dunia pada tahun 2017 dengan jumlah kematian 1,6 juta jiwa dari 41 juta total kematian akibat penyakit tidak

menular (WHO 2018). Sebanyak 425 juta orang di dunia menderita diabetes melitus dan diperkirakan akan meningkat sebanyak 48% menjadi 629 juta pada tahun 2045. Sekitar 79% tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah orang dengan diabetes meningkat menjadi 451 juta jika rentang usianya diperluas menjadi 18-99 tahun. Jika *trend* ini terus berlanjut, pada tahun 2045, 693 juta orang yg termasuk 18-99 tahun, atau 629 juta orang berusia 20-79 tahun, akan menderita diabetes (WHO; UNICEF 2015).

Diabetes melitus di Indonesia pun sudah termasuk dalam kategori penyakit tidak menular dengan jumlah responden terbanyak ke-4 dengan usia responden yang berada di usia ≥15 tahun sebanyak 722.329 orang (Riskesdas, 2013). Menurut data yang didapatkan, 2/3 orang dengan diabetes di Indonesia tidak mengetahui dirinya memiliki diabetes dan berpotensi untuk mengakses layanan kesehatan dalam kondisi terlambat (sudah dengan komplikasi) (WHO; UNICEF 2015).

Dinas Provinsi Bali menyatakan jumlah pasien diabetes terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Data menunjukkan sebanyak 2.852 orang menderita diabetes melitus di tahun 2013, pada tahun 2014 tercatat 3.711 orang dan pada 2015 tercatat 4.545 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2015).

Berdasarkan data yang didapatkan, kelompok umur usia remaja hingga dewasa menunjukan angka yang cukup tinggi dalam prevalensi kejadian diabetes di Indonesia. Dari hasil Riskesdas 2013 proporsi diabetes di Indonesia mencapai telah mencapai 6,9%, TGT sebesar 29,9% dan GDP terganggu sebesar 36,6%. Jika estimasi Jumlah penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas pada tahun 2013 adalah 176.689.336 orang, maka jumlah absolut penderita diabetes melitus adalah sekitar 12 juta, TGT sekitar 52 juta dan GDP terganggu sekitar 64 juta.. Ini menunjukan

kejadian diabetes sudah menjadi masalah yang serius di kalangan sampai remaja, bukan hanya menjadi penyakit yang menderita kaum yang sudah berusia lanjut. Prevalensi terjadinya diabetes pun cenderung lebih banyak terjadi di kawasan perkotaan mengingat faktor gaya hidup, obesitas adalah pemicu utama selain dari faktor genetik pemicu diabetes (Kementrian Kesehatan RI 2014).

Saat ini kita hidup pada masa dimana berat badan lebih (indeks massa tubuh (IMT) 23-24.9 kg/m2 dan obesitas (IMT 25-30 kg/m2) sudah menjadi suatu epidemic, dengan dugaan bahwa peningkatan prevalensi obesitas akan mencapai 50% pada tahun 2025 (Sudoyo et al. 2009). Angka kejadian *overweight* dan obesitas anak secara global tercatat 4,2% pada tahun 1990 menjadi 6,7% pada tahun 2010. Kecenderungan ini diperkirakan akan mencapai 9,1 % atau 60 juta ditahun 2020. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 Kementerian Kesehatan, secara nasional menunjukkan bahwa masalah *overweight* dan obesitas pada anak umur 5-12 tahun berturut-turut 10,8% dan 8,8%, sudah mendekati perkiraan angka dunia di tahun 2020. Penelitian di Jakarta (2011) menunjukkan bahwa komorbiditas dislipidemia (52%) dan resistensi insulin (35,6%) sudah ditemukan pada anak usia 5-9 tahun yang superobes (RISKESDAS, 2013).

Penyebab dari diabetes yang terjadi di Indonesia pun di dominasi oleh prevalensi berat badan berlebih atau *overweight* (13,5%) dan obesitas (15,4%) (Riskesdas, 2013) yang merupakan salah satu faktor resiko terbesar diabetes meningkat terus dibandingkan Riskesdas 2007 dan 2010. Prevalensi kejadian berat badan berlebih dan obesitas di Bali menunjukan bahwa daerah perkotaan lebih rentan terjadi, menurut data Dinkes provinsi bali tahun 2015 kejadian berat badan berlebih dengan prevalensi 9,5%. Kejadian Obesitas pun menempatkan Kota

Denpasar sebagai wilayah dengan kejadian tertinggi di Bali dengan persentase kejadian sebanyak 15,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2015).

Tiga pengukuran antropometri sebagai kunci untuk mengevaluasi derajat obesitas adalah berat badan, tinggi badan dan lingkar pinggang. Obesitas sentral dapat dinilai dengan pengukuran lingkar pinggang yang berhubungan kuat dengan risiko tinggi diabetes, sindroma metabolik dan penyakit kardiovaskular (Perkeni 2015). Berbagai komplikasi obesitas lebih erat hubungannya dengan obesitas sentral, yang penetapannya paling baik dengan mengukur lingkar pinggang. Apa bila lingkar pinggang > 90 cm pada pria dan > 80 cm pada wanita sudah termasuk obesitas sentral (untuk orang asia) (Moersintowati et al. 2008). Keadaan obesitas ini terutama obesitas sentral, berkaitan erat dengan sindrom metabolic atau sindrom retensi insulin yang terdiri dari retensi insulin/hiperinsulinemia, intoleransi glukosa/diabetes melitus (Sudoyo et al. 2009).

Obesitas yang termasuk faktor pemicu utama dari kadar gula darah tinggi pun lantas menjadi sorotan wajib untuk ditinjak lanjuti. Peningkatan obesitas tidak hanya terjadi pada orang dewasa, namun seiring perkembangan jaman saat ini obesitas mengalami peningkatan pada usia muda. Prevalensi kelebihan berat badan pada anak-anak mengalami peningkatan dari 4,2% pada tahun 1990 menjadi 6,7% pada tahun 2010 atau sebanyak 43 juta anak-anak (35 juta di Negara-negara berkembang) dipekirakan mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, dan 92 juta anak dalam risiko kelebihan berat badan pada tahun 2010 (De Onis 2015).

Upaya pemerintah dalam mencegah obesitas, diabetes dan berbagai oenyakit tidak menular pun sudah mulai dijalankan dengan mengedepankan pemberdayaan masyarakat dengan membangun Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu). Posbindu

adalah kegiatan monitoring dan deteksi dini faktor resiko penyakit yang tidak menular terintegrasi (penyakit jantung dan pembuluh darah, diabetes, penyakit paru obstruktif akut dan kanker) serta gangguan akibat kecelakaan dan tindakan kekerasan dalam rumah tangga yang dikelola oloeh masyarakat (kelompok masyarakat, organisasi, industri, kampus dan lain-lain) (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia 2011). Kemenkes RI (2010) mengakui masih lemahnya upaya pembinaan dan apresiasi terhadap lembaga pemberdayaan masyarakat.

Remaja dewasa ini berkembang seiring dengan perubahan gaya hidup yang makin pesat dengan berbagai kemudahan dalam aktifitas keseharian. SMK Kesehatan Bali Medika yang termasuk sekolah menengah dengan usia siswa yang tergolong usia remaja termasuk memiliki gaya hidup yang tergolong kurang memiliki aktifitas fisik dikarenakan sistem asrama yang diterapkan pada sekolah ini, selain unsur aktifitas fisik tingkat stres yang dialami siswa SMK Kesehatan Bali Medika juga tergolong tinggi dengan keharusan untuk menetap di asrama, kurangnya unsur pelepas stres karena akses untuk mecari kegiatan hiburan dibatasi di sekolah ini. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan dengan mengambil sampel acak sebanyak 10 orang dengan persentase yang mengalami lingkar pinggang berlebih diatas 80 cm sebanyak 60% atau 6 dari 10 orang siswa mengalami obesitas sentral dengan lingkar pinggang berlebih.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan lingkar pinggang dengan kadar gula darah puasa pada remaja di SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar karena usia orang mengalami obesitas mulai mudah ditemui pada usia muda dan produktif terutama pada remaja yang tinggal di daerah perkotaan akibat dari pola hidup yang kurang baik, kurangnya aktifitas fisik dan

stress yang dialami, selain itu dengan melakukan skrining pada usia muda diharapkan remaja lebih dapat mengubah kebiasaan dan gaya hidup yang lebih baik mengingat mengetahui lebih awal terkait penyakit yang timbul akibat kebiasaan dan pola hidup yang salah maka lebih banyak waktu juga yang dimiliki individu untuk perlahan mengubahnya menjadi lebih baik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian "Apakah lingkar pinggang berhubungan dengan kadar gula darah puasa pada siswa di SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Antara lingkar pinggang dengan kadar gula darah puasa pada siswa SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar.

2. Tujuan khusus

a. Untuk mengetahui gambaran lingkar pinggang pada siswa SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar
b. Untuk mengetahui kadar gula darah puasa pada siswa SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar
c. Untuk menganalisis hubungan lingkar pinggang dengan kadar gula darah pada siswa SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat ilmu

a. Bagi institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat sebagai masukan bagi Institusi Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan Prodi DIV dalam meningkatkan pengetahuan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya pada pasien remaja dengan kadar gula darah melebihi batas normal dan untuk mengembangkan ilmu sebagai bahan kajian untuk penelitian berikutnya.

b. Bagi perkembangan ilmu keperawatan

Memberikan justifikasi bahwa antropometri khususnya lingkar pinggang yang masuk dalam penghitungan obesitas sentral merupakan hal yang penting untuk dijaga para remaja saat ini, sehingga terhindar dari penyakit diabetes serta komplikasi yang ditimbulkan.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau gambaran untuk peneliti dan dapat mengembangkan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi SMK Kesehatan Bali Medika

Melalui penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai pedoman untuk siswa maupun seluruh anggota SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar untuk selalu menjaga proporsi tubuh yang termasuk lingkar pinggang untuk menghindarkan diri dari risiko memiliki kadar gula darah yang tinggi.

b. Bagi masyarakat secara umum

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang berguna bahwa menjadi proporsi tubuh terutama lingkar pinggang adalah hal yang sangat penting

untuk dilakukan demi menjaga kadar gula darah di ambang normal dan terhindar dari risiko penyakit diabetes melitus.