

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak diakibatkan oleh infeksi mikroorganisme seperti protozoa, bakteri, jamur, atau virus. Jenis penyakit ini bertanggung jawab atas setidaknya 70% kematian di seluruh dunia. Sekalipun penularan dari manusia ke manusia atau hewan ke manusia tidak mungkin terjadi, faktor risiko yang tidak terkontrol dengan baik dapat berkontribusi pada peningkatan jumlah kasus setiap tahunnya. Hal ini berdasarkan temuan survei (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 yang menunjukkan adanya tren peningkatan prevalensi penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, stroke, penyakit sendi, rematik dan asam urat (Dini et al., 2023). Empat jenis PTM utama menurut WHO adalah penyakit kardiovaskular (penyakit jantung koroner, stroke), kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menekan kejadian PTM adalah melalui pengendalian faktor risiko seperti obesitas, hipertensi, peningkatan kadar glukosa darah, dan kolesterol (Kemenkes RI, 2016) dalam (Yusfita, 2019). Penurunan kesehatan yang paling sering ditemukan disebabkan oleh penyakit tidak menular. Penyakit Tidak Menular terjadi karena adanya beberapa faktor risiko diantaranya yaitu terjadinya obesitas, dislipidemia, hipertensi dan hiperglikemia. Faktor tersebut dinamakan dengan sindrom metabolik.

Sindrom Metabolik adalah suatu penyakit gabungan dari kelainan metabolik yang terdiri atas obesitas, dislipidemia, hipertensi, dan hiperglikemia. Seseorang yang menderita sindrom metabolik berisiko lebih tinggi terkena penyakit kardiovaskular dan gangguan metabolik di masa depan. Penderita sindrom metabolik berisiko tinggi menderita penyakit diabetes tipe 2 dan penyakit kardiovaskular serta berbagai gangguan kesehatan lainnya seperti *cholesterol gallstones, fatty liver*, radang paru, gangguan tidur dan beberapa

jenis kanker (Najmi, Nuroh; Yohhana, 2022) dalam (Sarhini et al., 2023). Banyak penelitian prospektif menunjukkan bahwa sindrom metabolik meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Hubungan ini kemungkinan besar disebabkan oleh perubahan metabolisme. Obesitas (dalam hal ini obesitas sentral) yang mempengaruhi metabolisme lipid dan glukosa, pengaturan tekanan darah, pengaturan proses trombotik dan fibrinolitik, serta respon inflamasi. Tips untuk pencegahan sindrom metabolik, antara lain, Olahraga secara teratur sepanjang hidup, jika perlu mengikuti klub olahraga di sekitar rumah, Memberi dukungan kepada keluarga untuk memiliki aktivitas fisik tiap harinya, berikan pilihan permainan yang memerlukan aktivitas fisik, Mengonsumsi makanan sehat, gizi seimbang, Menghindari lemak jenuh, serta perbanyak mengonsumsi sayuran dan buah.

Data epidemiologi menyebutkan prevalensi sindrom metabolik dunia adalah 20-25%. Menurut Cammeron, hasil penelitian di Perancis menemukan prevalensi sindrom metabolik sebesar 23% pada pria dan 21% pada wanita. Prevalensi sindrom metabolik pada populasi masyarakat perkotaan di China yaitu 14% - 16% dan secara terus menerus mengalami peningkatan (Mulyani, 2019). (O'Neill & O'Driscoll, 2015) melakukan studi dengan membandingkan prevalensi Sindrom Metabolik menggunakan kriteria NCEP ATP III dan IDF. Dijumpai sekitar  $34,5\% \pm 0,9\%$  penduduk Amerika mengalami sindrom metabolik dengan kriteria NCEP ATP III, sedangkan dengan kriteria IDF ditemukan  $39,0\% \pm 1,1\%$  mengalami sindrom metabolik.

Di Indonesia, penelitian mengenai prevalensi sindrom metabolik sangat bervariasi, di RSUD Dr. Soetomo, Surabaya didapatkan bahwa dari 100 orang, 29% memenuhi kriteria WHO dan 31% memenuhi kriteria ATP III menderita sindrom metabolik. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dwipayana, dkk, yang menggunakan kriteria sindrom metabolik baru berdasarkan statement bersama dari IDF, NHLBI, WHF, IAS, dan AHA, didapatkan prevalensi sindrom metabolik yang sedikit berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan kriteria WHO, NCEP ATP III maupun IDF, di mana pada penelitian ini didapatkan prevalensi sindrom metabolik sebesar 18,2%. Pada

penelitian ini ternyata lebih banyak pada wanita. Prevalensinya semakin meningkat dengan bertambahnya usia, dan didapatkan bahwa komponen sindrom metabolik yang terbanyak adalah obesitas sentral. Di Makassar dilaporkan pada sebuah studi yang dilakukan John Adam M.F. pada Oktober 2002 hingga Januari 2003, dari 227 pria berumur 21-81 tahun, 55,4% memenuhi kriteria ATP III, kelompok usia 46-55 tahun yakni 35,9%, < 35 tahun yang menderita sindrom metabolik ditemukan sama dengan yang ada pada negara maju (Trisnawati, 2023).

Riskesmas tahun 2018 dalam (Kemenkes, 2019) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pada indikator-indikator kunci Penyakit Tidak Menular yang tercantum dalam RPJMN 2015-2019, Prevalensi tekanan darah tinggi pada penduduk usia 18 tahun keatas meningkat dari 25,8% menjadi 34,1%; Prevalensi obesitas penduduk usia 18 tahun ke atas meningkat dari 14,8 % menjadi 21,8%; Prevalensi merokok penduduk usia  $\leq 18$  tahun meningkat dari 7,2% menjadi 9,1%. Berdasarkan laporan (Kemenkes 2018, 2018) prevalensi penyakit jantung dan diabetes mengalami peningkatan sejak tahun 2013. Prevalensi sindrom metabolik di Jawa Tengah mencapai 15,16% (Herningtyas & Ng, 2019). (Lee et al., 2018) juga menambahkan bahwa prevalensi Sindrom Metabolik di pedesaan sebesar 17,4%, lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensinya di perkotaan. Akibat perubahan gaya hidup, prevalensi sindrom metabolik semakin meningkat tidak hanya di perkotaan tetapi juga di pedesaan. (Subardjo et al., 2022).

Perubahan gaya hidup, seperti perubahan aktivitas fisik dan pola makan adalah faktor meningkatnya prevalensi kejadian sindrom metabolik. Pada masa kini, berbagai fasilitas sarana yang sering digunakan seperti eskalator, kendaraan bermotor, remote control, handphone, dan lain-lain akan menyebabkan aktivitas fisik berkurang dan sedikitnya kalori yang digunakan. Sehingga terjadi ketidak seimbangan antara asupan kalori dan pemanfaatannya dalam tubuh, yang menyebabkan obesitas. Sedangkan obesitas merupakan komponen dari sindrom metabolik (Munawaroh et al., 2023). Prevalensi sindrom metabolik pedesaan di Yogyakarta lebih tinggi pada perempuan (32%)

dibandingkan laki-laki (18%) (Fenty et al., 2018). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 20 Februari 2024, menurut penuturan petugas yang menangani penyakit tidak menular di Puskesmas Karangnongko Klaten menyatakan bahwa prevalensi penyakit tidak menular pada tahun 2023 meliputi stroke 13%, Diabetes 15%, Hipertensi 21%, obesitas 25% serta prevalensi penyakit tidak menular dibulan Januari-Maret 2024 meliputi stroke 10%, Diabetes 12%, hipertensi 20% dan obesitas 27%. Dan setelah dilakukan studi pendahuluan di Desa Gumul pada 26 february 2024 dengan jumlah 12 responden menggunakan media wawancara didapatkan hasil 90% responden belum mengetahui tentang sindrom metabolik.

Tingkat kejadian sindrom metabolik terus menunjukkan peningkatan. Hal itu disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan meningkatnya angka harapan hidup masyarakat. Kebiasaan gaya hidup yang mungkin berkontribusi terhadap perkembangan sindrom metabolik antara lain banyak makan makanan cepat saji (tinggi lemak), kebiasaan merokok, banyak makan makanan kaya natrium (garam), dan sering begadang dan konsumsi kopi (yang mengandung bahan kafein) serta makan makanan berat. Minum-minuman energi (mengandung taurin) di malam hari, Minum obat herbal (kadang dicampur dengan produk obat oleh penjual jamu), Minum-minuman manis (mengandung sukrosa atau gula pasir) dan perilaku yang semakin menetap. Selain itu, ada juga faktor yang tidak dapat diubah yang mungkin berkontribusi terhadap berkembangnya sindrom metabolik, seperti bertambahnya usia, faktor genetik seperti tekanan darah tinggi, dan jenis kelamin (Yunita et al., 2021).

Beberapa faktor yang melatar belakangi kondisi tersebut. Pertama, masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang sindrom metabolik. Hal ini terlihat dari prevalensi sindrom metabolik semakin meningkat hampir di seluruh belahan dunia seiring dengan meningkatnya kejadian obesitas (kegemukan) maupun obesitas sentral di masyarakat. Kedua, rendahnya pengetahuan masyarakat tentang sindrom metabolik karena mereka tidak memperoleh informasi yang cukup dan benar tentang kesehatan. Ketiga, masyarakat belum menyentuh pelayanan kesehatan kardiovaskuler dan metabolik (informasi,

konseling, pelayanan medis) karena terhambat oleh beberapa faktor, seperti yaitu belum tersedianya pelayanan, kondisi geografis, ekonomis, dan psikologis, petugas yang tidak akrab dengan masyarakat, serta kurangnya informasi tempat pelayanan (Agustari et al., 2022).

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut dibuat dan setelah dilakukan studi pendahuluan di Desa Gumul pada 26 februari 2024 dengan jumlah 12 responden menggunakan media wawancara didapatkan hasil 90% responden belum mengetahui tentang sindrom metabolik, serta setelah peneliti melakukan observasi satu tahun terakhir di Desa Gumul pasif melaksanakan kegiatan Posbindu atau Screening PTM, sebagian besar masyarakat usia dewasa di Desa Gumul mengalami Obesitas. Maka perlu dilakukan penelitian serta penyuluhan tentang penyakit tidak menular berkaitan dengan sindrom metabolik. Hal ini bertujuan mengetahui tingkat dan menambah pengetahuan mengenai dampak negatif sindrom metabolik dan mampu mengubah sikap serta perilaku masyarakat terhadap resiko tinggi penyakit tidak menular berkaitan dengan sindrom metabolik.

## **B. Rumusan Masalah**

Masalah kesehatan yang dialami masyarakat dan mengancam masa depan keturunan di Indonesia antara lain obesitas, dislipidemia, hipertensi, dan hiperglikemi yang merupakan suatu penyakit gabungan yang disebut sindrom metabolik. Masalah tersebut terjadi karena masih rendahnya pemahaman masyarakat tentang sindrom metabolik. Dari latar belakang dan fenomena yang ada di tempat penelitian, maka peneliti merumuskan penelitian “Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Sindrom Metabolik di Desa Gumul Karangnongko Klaten”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang Sindrom Metabolik Pada Usia Dewasa di Desa Gumul Karangnongko Klaten.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, serta penghasilan di Desa Gumul Karangnongko Klaten.
- b. Mendiskripsikan Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Sindrom Metabolik pada dewasa di Desa Gumul Karangnongko Klaten.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Teoritis

Sebagai wacana untuk usia dewasa di Desa Gumul Karangnongko Klaten agar mampu melakukan pencegahan terkait Sindrom Metabolik”.

### 2. Praktis

#### a. Bagi Klien

Diharapkan klien bisa melakukan perilaku hidup sehat agar terhindar dari Sindrom Metabolik.

#### b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini agar dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa khususnya mahasiswa Universitas Muhammadiyah Klaten dalam pengembangan pengetahuan tentang Sindrom Metabolik.

#### c. Bagi Perawat

Diharapkan dari penelitian ini perawat bisa menjadi sarana untuk berbagi edukasi ke klien terkait pentingnya perilaku hidup sehat pencegahan sindrom metabolik

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti variable yang berbeda terkait dengan Sindrom Metabolik.

## **E. Keaslian Penelitian**

- a. Gambaran Pengetahuan Tentang Pentingnya Aktivitas Fisik Sebagai Pencegah Sindrom Metabolik Pada Staff Perguruan Tinggi Di Jawa Barat, oleh (Amalia Yunia Rahmawati, 2020).

Sindrom metabolik merupakan kelainan metabolik yang biasanya diakibatkan oleh obesitas. Sindrom ini merupakan kumpulan faktor faktor risiko seperti obesitas, tingginya guladarah puasa, penurunan kadar HDL dan peningkatan Trigliserida darah. Sindrom metabolik dapat mengakibatkan terjadinya penyakit jantung, hipertensi, stroke dan diabetes. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan staff Perguruan Tinggi di Bandung mengenai pentingnya aktivitas fisik mereka dan kegiatan aktivitas fisik pada kehidupan kerja. Jenis penelitian menggunakan metode deskriptif dengan teknik pengambilan simple random sampling kepada 89 staff administrasi di Perguruan Tinggi di Bandung. Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden mengenai kesehatan olahraga cukup tinggi, namun rendah mengenai pengetahuan tentang durasi dan frekuensi olahraga. Sedangkan hasil pengukuran tingkat aktivitas fisik sebanyak 19,10% memiliki nilai MET kurang dari 600 MET-menit/minggu (kategori rendah); kemudian rentang nilai 600- 999 MET-menit/minggu 6,74%, pada rentang 1000-1999 MET-menit/minggu 10,11%, dan rentang nilai 2000-2999 MET-menit/minggu 8,99% (kategori sedang); nilai MET lebih dari 3000 MET-menit/minggu sebesar 55,06% (kategori tinggi). Berdasarkan hasil penelitian di atas diharapkan adanya pengembangan metode penyuluhan dengan metode yang baru dan pelatihan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya melakukan aktivitas fisik agar terhindar dari Sindrom metabolik sehingga terciptanya masyarakat yang memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang tinggi.

- b. Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Edukasi Masyarakat Tentang Penyakit Tidak Menular Sindrom Metabolik, oleh (Agustari et al., 2022).

Sindrom metabolik menjadi masalah kesehatan masyarakat dan tantangan klinis di seluruh dunia berkaitan dengan perubahan gaya hidup, pola makan, asupan energi berlebihan, dan peningkatan kejadian obesitas. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk menambah pengetahuan mengenai dampak negatif sindrom metabolik dan mampu mengubah sikap serta perilaku masyarakat terhadap risiko tinggi penyakit tidak menular berkaitan dengan sindrom metabolik. Kegiatan penyuluhan ini telah terlaksana dengan baik dengan peserta yang hadir yaitu 32 peserta dengan kisaran usia 20-71 tahun. Pemeriksaan kondisi awal peserta dimulai dari pengukuran berat badan, lingkar perut, dan tekanan darah. Hasil rekapitulasi berat badan, rerata lingkar perut peserta masih dalam batas proporsional. Hasil pengamatan langsung menunjukkan pada peserta laki-laki obesitas cenderung mempunyai deposit lemak di daerah atas tubuh khususnya pada tengkuk, leher, bahu dan perut. Peningkatan pengetahuan peserta dapat diukur melalui pre dan post tes terkait materi penyuluhan sebelum dan setelah penyuluhan. Perbedaan hasil pre dan post test diuji dengan uji t berpasangan menghasilkan nilai  $p = 0,000$  dan dapat disimpulkan terdapat perbedaan signifikan antara hasil pretest dan posttest. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta sehingga diharapkan peserta dapat memahami mengenai penyakit tidak menular berkaitan dengan sindrom metabolik. Kuesioner kepuasan peserta telah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya. Validitas diukur menggunakan uji validitas product moment pearson diperoleh hasil korelasi antara 0,549-0,905 dan dapat disimpulkan bahwa hasil instrument valid. Uji reliabilitas diperoleh nilai Cronbach Alpha sebesar 0,25 dan dapat disimpulkan bahwa instrument reliabel.

- c. Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Kelompok Risiko Tinggi Sindrom Metabolik di Wilayah Kerja Puskesmas Turi Kabupaten Sleman, oleh (Avisena & Perdana, 2020).

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain cross sectional. Subjek dalam penelitian ini adalah mereka yang berisiko tinggi mengalami sindrom metabolik, di wilayah kerja Puskesmas Turi Kabupaten Sleman. Responden yang berpartisipasi berjumlah 87 orang dipilih secara consecutive sampling. Proses pengambilan data menggunakan kuesioner IPAQ untuk menilai tingkat aktivitas fisik. Data dianalisis dengan menggunakan analisis univariat. Hasil: Tingkat aktivitas fisik yang dilakukan oleh kelompok risiko sindrom metabolik di wilayah kerja Puskesmas Turi Kabupaten Sleman tergolong dalam kategori tingkat aktivitas fisik sedang ( $n = 38, 43,7\%$ ), tingkat aktivitas fisik rendah 28 orang ( $32,2\%$ ), dan 21 orang ( $24,1\%$ ) pada kategori tingkat aktivitas tinggi. *Kesimpulan:* Mayoritas penduduk yang berisiko tinggi mengalami sindrommetabolik di Puskesmas Turi Kabupaten Sleman berada pada tingkat aktivitas fisik sedang.

- d. Pengukuran Antropometri Sebagai Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Metabolik Masyarakat Curah Buntu Desa Jenggawah Kabupaten Jember, oleh (Sutejo et al., 2022).

Meskipun mayoritas penduduk bekerja sebagai petani yang banyak melakukan aktivitas fisik, masyarakat dusun Curah Buntu desa Jenggawah Kabupaten Jember ternyata banyak yang mengeluhkan berat badan berlebih. Masyarakat sasaran ini ingin hidup sehat dengan menjaga berat badan supaya tidak timbul komplikasi penyakit sindrom metabolik. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode pengukuran indeks antropometrik (berat badan, BMI, dan lingkar perut) untuk identifikasi obesitas dan konseling/pemberian edukasi pola hidup yang baik untuk mencegah timbulnya penyakit metabolik serius. Sebanyak 267 peserta mengikuti kegiatan ini. Hampir separuh peserta kegiatan masuk dalam kriteria berat badan lebih dan obese, sehingga perlu mendapat edukasi. Sebanyak 99 orang peserta masuk dalam kriteria obesitas sentral dan mayoritas berjenis kelamin perempuan ( $80\%$ ). Hasil kegiatan ini diharapkan meningkatkan pengetahuan dan taraf kesehatan masyarakat.

Masyarakat dengan kondisi fisik optimal akan meningkatkan produktivitas kerja sehingga mendukung status ekonomi dan sosialnya.

- e. Edukasi Pentingnya Pencegahan Sindrom Metabolik, oleh (Irawaty et al., 2022)

Sindrom metabolik menjadi permasalahan kesehatan serius. Seseorang yang menderita sindrom metabolik memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit jantung, diabetes melitus, stroke, dll. Edukasi terkait cara pencegahan sindrom metabolik dan penerapannya jarang dilakukan di kelurahan Tomang, Jakarta Barat. Berdasarkan kondisi yang dihadapi mitra, maka dilakukan kegiatan edukasi kesehatan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan terkait pencegahan sindrom metabolik. Edukasi kesehatan dengan tema “Cegah Sindrom Metabolik” berlangsung pada hari Kamis, 6 Oktober 2022 pukul 14.00-16.00, telah diikuti 34 peserta. Peserta edukasi terdiri 9 laki-laki dan 25 perempuan. Pretest dilakukan sebelum peserta mengikuti edukasi pencegahan sindrom metabolik dan didapatkan hasil rata-rata sebesar 46,32. Hasil pretest tersebut menunjukkan pengetahuan awal peserta terkait pencegahan sindrom metabolik masih kurang baik. Post-test dilakukan setelah penyampaian materi dan tanya jawab, dengan hasil rata-rata post-test adalah 60,00. Berdasarkan hasil post-test, terjadi peningkatan pengetahuan peserta edukasi pencegahan sindrom metabolik sebesar 29,5%.