

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan kondisi kronis yang dapat terjadi karena adanya peningkatan kadar gula darah dalam tubuh yang disebabkan oleh tubuh tidak dapat menghasilkan insulin atau tidak menggunakan insulin secara efektif (Kemenkes, 2022). Pengertian lain dari Diabetes mellitus yaitu penyakit yang diakibatkan karena adanya penyusutan terhadap insulin atau resistensi insulin (Ningrum et al, 2020). Diabetes sendiri terdapat dua tipe yaitu Diabetes mellitus tipe 1 yang disebabkan oleh autoimun dan idiopatik, sedangkan diabetes tipe 2 disebabkan oleh resistensi insulin (Soelistijo, 2021).

Menurut *American Diabetes Association* tahun 2020, klasifikasi diabetes melitus yaitu diabetes melitus tipe 1, diabetes mellitus type 2, diabetes melitus gestasional, dan diabetes melitus. Pada Diabetes mellitus tipe 2 yang ditandai dengan kadar gula darah yang berlebihan diderita sekitar 90% pada kasus Diabetes mellitus. Diabetes mellitus tipe 2 dapat menyebabkan terjadinya kerusakan parah pada sistem tubuh seperti ginjal, mata, dan jantung, serta sistem vaskular (Dendup et al., 2018).

Menurut *International Diabetes Federation* pada tahun 2024 didapatkan data sebanyak 589 juta orang mengidap Diabetes Mellitus di usia 20-79 tahun. Jumlah total orang yang hidup dengan Diabetes diperkirakan akan terus meningkat menjadi 853 juta pada tahun 2050. Lebih dari 4 dari 5 orang dewasa atau sekitar 81 % penderita diabetes tinggal di negara dengan berpendapatan rendah dan menengah.

Di Asia Tenggara, jumlah penderita diabetes mencapai 106,9 juta jiwa di tahun 2024 dan diperkirakan melonjak menjadi 184,5 juta pada tahun 2050, atau naik sekitar 73%. Sekitar 42,7% penderita diabetes

belum terdiagnosis. Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi dengan banyak kasus diabetes mellitus yaitu mencapai 20,426 ribu orang. (*International Diabetes Federation, 2024*)

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 diperoleh angka prevalensi sebesar 11,7%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kelaziman penyakit Diabetes Mellitus (DM) orang dengan umur >15 tahun dari hasil pengukuran kadar gula darah. Data SKI 2023 tersebut juga menunjukkan bahwa penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes berkontribusi terhadap disabilitas pada 59,1% dari orang berusia 15 tahun keatas dengan diabetes menyumbang 10,5% dari angka tersebut. Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta diperoleh penderita Diabetes pada tahun 2022 sebanyak 1.221.017 kasus dengan angka Incidence Rate yaitu 10.9 per 100.000 penduduk dan sebanyak 931 kasus di wilayah Kabupaten Administrasi Kepulauan Seribu dengan angka Incidence Rate Diabetes Mellitus tertinggi dibanding dengan wilayah lainnya di Provinsi DKI Jakarta yaitu sebesar 317, 4 per 10.000 penduduk (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak ditemukan pada usia produktif hingga lansia. Menurut muslihohet tahun 2021 pada jenis penyakit diabetes melitus yang paling sering yaitu diabetes mellitus tipe 2 yaitu yang disebabkan karena gaya hidup yang kurang sehat. Diabetes melitus termasuk ke dalam penyakit yang dapat menimbulkan komplikasi untuk penyakit lain, seperti terkena serangan jantung, impotensi, amputasi pada bagian tubuh tertentu, gagal ginjal, atau kebutaan (Dewi et al., 2020).

Gaya hidup yang kurang sehat yaitu banyak mengkonsumsi makanan seperti *fast food*, *junk food*, karbohidrat yang tinggi, minuman yang manis serta gaya hidup dengan aktivitas fisik yang kurang dan duduk terlalu lama memiliki resiko tinggi mengalami Diabetes mellitus tipe 2

(Murtiningsih, 2021). Tingginya angka penderita Diabetes mellitus tipe 2 disebabkan oleh adanya perubahan gaya hidup masyarakat, kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini diabetes mellitus, kurangnya aktivitas fisik, pengaturan pola makan yang tidak tepat, stress, dan kebiasaan merokok. Kurangnya pengetahuan tentang gaya hidup sehat juga dapat mengakibatkan masyarakat baru menyadari terkena penyakit diabetes mellitus setelah menderita sakit yang cukup parah (Habibi, et al, 2018).

Permasalahan keperawatan gaya hidup kurang sehat seperti pola makan tidak sehat, tingkat stres tinggi, dan merokok dapat dicegah dengan dilakukan penatalaksanaan perawat dalam memberi asuhan keperawatan sampai dengan memberikan edukasi kepada penderita diabetes mellitus. Pengetahuan dan motivasi perawat dapat diperoleh dari edukasi perawat terhadap pasien yaitu dapat meningkatkan kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam melakukan diet, aktivitas fisik, dan pengobatan agar gula darah terkontrol (Oktorina, 2022).

Hasil studi pendahuluan di RS Bhayangkara TK I Puskokes Polri pada tahun 2024 didapatkan data jumlah pasien diabetes mellitus menduduki posisi 5 besar yaitu sebanyak 551 orang pada bulan April 2024, sedangkan untuk di ruang poli rawat jalan penyakit dalam sebanyak 543 orang pada bulan September – November 2025. Hasil observasi dan wawancara bahwa dari 10 pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 dengan didapatkan 7 pasien mengalami gaya hidup yang kurang sehat yaitu tidak menjaga pola makan, mengalami stress, kurang dalam melakukan aktivitas fisik, masih sering merokok. Dalam rekam medis pasien didapatkan data bahwa rata-rata gula darah pasien yang menderita diabetes mellitus tipe 2 yaitu > 250 mg/dL.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RS Bhayangkara TK I Puskokkes Polri Tahun 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Gaya hidup yang kurang sehat yaitu banyak mengkonsumsi makanan seperti *fast food*, *junk food*, karbohidrat yang tinggi, minuman yang manis serta gaya hidup dengan aktivitas fisik yang kurang dan duduk terlalu lama memiliki resiko tinggi mengalami Diabetes mellitus tipe 2 (Murtiningsih, 2021). Berdasarkan hasil data didapatkan jumlah pasien diabetes mellitus menduduki posisi 5 besar yaitu sebanyak 551 orang pada bulan April 2024, sedangkan untuk di ruang poli rawat jalan penyakit dalam sebanyak 543 orang pada bulan September – November 2025.

Berdasarkan dari uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RS Bhayangkara TK I Puskokkes Polri ?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 diRS Bhayangkara TK I Puskokkes Polri.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- a. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi (usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan) pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RS Bhayangkara TK I Puskokkes Polri.

- b. Untuk mengidentifikasi gaya hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RS Bhayangkara TK I Puskorkes Polri.
- c. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RS Bhayangkara TK I Puskorkes Polri.
- d. Untuk menganalisa hubungan antara gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RS Bhayangkara TK I Puskorkes Polri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pelayanan Dan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam upaya promotif dan preventif melalui pengelolaan gaya hidup sehat guna mengendalikan kadar gula darah serta meningkatkan mutu pelayanan kesehatan. Dan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya penerapan gaya hidup sehat dalam menjaga dan mengendalikan kadar gula darah.

1.4.2 Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah, terkait pengaruh gaya hidup terhadap kadar gula darah serta menjadi referensi dalam pengembangan asuhan keperawatan berbasis promosi dan pencegahan penyakit..

1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam meningkatkan peran profesionalnya melalui pemberian edukasi dan intervensi keperawatan yang berfokus pada perubahan gaya hidup sehat guna membantu pengendalian kadar gula darah pasien..

1.4.4 Bagi RS Bhayangkara TK I Puskorkes Polri

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi rumah sakit dalam menyusun dan mengembangkan program pelayanan promotif dan preventif, khususnya terkait pengelolaan gaya hidup

sehat, guna meningkatkan kualitas pelayanan dan pengendalian kadar gula darah pasien.