

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah. DM mengakibatkan komplikasi pada organ tubuh lainnya seperti kerusakan pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. DM terdiri dari diabetes tipe 2, biasanya pada orang dewasa, yang terjadi Ketika tubuh menjadi resisten terhadap insulin atau tidak menghasilkan cukup insulin. Diabetes tipe 1, yang bergantung pada insulin, Dimana pancreas memproduksi sedikit atau tidak sama sekali insulin dengan sendirinya (*World Health Organization, 2025*)

Diabetes Mellitus (DM) termasuk penyakit jangka panjang yang terjadi Ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif atau ketika pancreas tidak dapat menghasilkan jumlah insulin yang cukup. Insulin merupakan hormon yang mengatur kadar gula darah. Diabetes yang tidak dapat di kontrol dapat menyebabkan hiperglikemia, atau peningkatan kadar gula darah, yang dapat membahayakan banyak sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah. Hambatan insulin dan tidak berfungsinya sel beta pankreas secara normal adalah penyebab DM. Dengan mengubah gaya hidup, kurang kesadaran akan deteksi DM dini, kurang olahraga dan manajemen gizi buruk adalah beberapa penyebab gaya hidup utama dari penderita DM.

Kejadian diabetes mellitus semakin meningkat dari tahun ketahun. Pada tahun 2022, 14% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas hidup dengan diabetes, meningkat 7%

dari tahun 1990. Pada tahun 2021, diabetes merupakan penyebab langsung dari 1,6 juta kematian dan 47% dari semua kematian akibat diabetes terjadi sebelum berusia 70 tahun. Sebanyak 530.000 kematian akibat penyakit ginjal disebabkan oleh diabetes, dan kadar glukosa darah tinggi menyebabkan sekitar 11% kematian akibat kardiovaskuler (*World Health Organization, 2024*)

International Diabetes Federation (2020) memperkirakan lebih dari 460 juta orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia, dan jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 578 juta pada tahun 2030. Tahun 2019, kondisi tersebut menyebabkan 4,2 juta kematian dan setidaknya \$760 miliar dalam pengeluaran kesehatan.

Saat ini Indonesia menempati urutan ketujuh dalam hal diabetes mellitus dengan jumlah 19,5 juta orang pada tahun 2023 serta diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2045 dengan mencapai 28,6 juta orang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Kejadian diabetes mellitus di Sumatera Utara berada pada angka 1,39% hampir mendekati angka nasional yaitu 1,5% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2025).

Karena kurangnya pengetahuan tentang gaya hidup, masyarakat tidak menyadari bahwa dirinya mengidap DM sampai akhirnya jatuh sakit parah (Murtiningsih, dkk, 2021). Banyak Masyarakat saat ini mengabaikan aspek kesehatan seperti gaya hidup yang tidak sehat dan pola makan yang tinggi lemak, garam, dan gula. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor utama meningkatnya penyakit degeneratif di masyarakat yaitu penyakit diabetes melitus (DM) (Susilowati & Waskita, 2019). Kadar gula darah yang tidak terkontrol, kurang olahraga, dan kebiasaan makan yang tidak terkontrol adalah semua

penyebab diabetes, dan ketiga hal ini menimbulkan efek negatif pada kualitas hidup, karena menjadi masalah untuk menjaga pola makan yang seimbang.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan bahwa pasien dengan kondisi rawat inap sebanyak 238 orang dan pasien dengan kondisi rawat jalan sebanyak 1728 orang pada tahun 2025.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari masalah latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Hubungan gaya hidup (*life style*) apa saja yang mengakibatkan penyakit Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di RS. Prima Husada Cipta Medan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup (*life style*) apa saja yang mengakibatkan penyakit DM pada pasien di RS. Prima Husada Cipta Medan, sebagai bentuk penanggulangan/ pencegahan peningkatan pengidap DM.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.

2. Mengetahui hubungan kebiasaan merokok terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.
3. Mengetahui hubungan konsumsi alkohol terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.
4. Mengetahui hubungan pola makan terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.
5. Mengetahui hubungan tingkat stres terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.
6. Mengetahui variabel gaya hidup yang paling dominan berpengaruh terhadap kejadian Diabetes Mellitus (DM) pada pasien di rs prima husada cipta medan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Sebagai tambahan literature dan tambahan informasi bagi peneliti selanjutnya, serta dapat memajukan kualitas pendidikan dalam hal ini berupa pengembangan kemampuan tenaga kesehatan masyarakat dilingkungan kerja dan masyarakat. Dapat mengaplikasikan secara nyata dari teori-teori yang telah didapat semasa perkuliahan dan dapat mengembangkan kemampuan dalam bidang penelitian dan penyusunan karya tulis serta penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai stress kerja.

1.4.2 Bagi Rumah Sakit

Memberikan informasi yang bermanfaat bagi pihak rumah sakit untuk mengembangkan program edukasi, promotif, dan preventif mengenai gaya hidup sehat pada pasien dan masyarakat, khususnya dalam upaya pencegahan Diabetes Mellitus.

1.4.3 Bagi Pasien/ Masyarakat

Meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pasien maupun masyarakat umum tentang peran gaya hidup (aktivitas fisik, merokok, alkohol, pola makan, dan stres,) terhadap risiko dan pengelolaan Diabetes Mellitus.

1.4.4 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan

Sebagai bentuk informasi penelitian dan dokumentasi data penelitian lebih lanjut mengenai Hubungan Gaya Hidup (*life style*) Terhadap Kejadian Diabetes Mellitus (DM) di RS Prima Husada Cipta Medan.