

ABSTRAK

Penderita diabetes melitus berisiko mengalami kerusakan pada pembuluh darah akibat komplikasi yang ditimbulkan oleh penyakit tersebut., baik yang besar maupun kecil, serta mengganggu sistem saraf yang dikenal dengan istilah neuropati. Baik diabetes tipe 1 maupun tipe 2 berisiko tinggi mengalami neuropati diabetik, dengan prevalensi mencapai 50% di antara orang dewasa yang menderita kedua jenis diabetes ini. Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi apakah gaya hidup penderita diabetes melitus berhubungan dengan terjadinya neuropati diabetik. Pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional digunakan sebagai metode penelitian ini. Sampel diambil melalui teknik purposive sampling yang didasarkan pada kriteria inklusi. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada para responden dan juga dengan melakukan wawancara mendalam, yang kemudian diproses dengan membuat matriks. Penelitian ini melibatkan 30 responden yang dijadikan sampel. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan metode univariat dan bivariat, serta dilakukan uji chi square untuk meneliti hubungan yang ada. Hasil penelitian menunjukkan gaya hidup penderita diabetes melitus memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya neuropati diabetik, terutama pada variabel pola makan ($p=0,000$), aktivitas fisik ($p=0,017$), pola tidur ($p=0,000$), dan keadaan stres ($p=0,001$). Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa terdapat hubungan antara gaya hidup penderita diabetes melitus dengan terjadinya neuropati diabetik di RSU Royal Prima Medan pada tahun 2024. Oleh karena itu, penting untuk melakukan intervensi gaya hidup guna mencegah terjadinya neuropati diabetik pada pasien dengan diabetes melitus.

Kata Kunci : diabetes melitus, neuropati diabetik, gaya hidup, pola makan, aktivitas fisik, pola tidur, keadaan stres

ABSTRACT

People with diabetes mellitus are at risk of damage to blood vessels due to complications caused by the disease, both large and small, as well as disrupting the nervous system known as neuropathy. Both type 1 and type 2 diabetes are at high risk of diabetic neuropathy, with prevalence reaching 50% among adults with both types of diabetes. The purpose of this study was to identify whether the lifestyle of patients with diabetes mellitus is associated with the occurrence of diabetic neuropathy. A quantitative approach with a cross-sectional design was used as the method in this study. The sample was taken through purposive sampling technique based on the inclusion criteria. Data was collected through distributing questionnaires to the respondents and also by conducting in-depth interviews, which were then processed by creating a matrix. This study involved 30 respondents who were sampled. The collected data were then analyzed using univariate and bivariate methods, and chi square test was conducted to examine the existing relationship. The results showed that the lifestyle of diabetes mellitus patients had a significant relationship with the occurrence of diabetic neuropathy, especially in the variables of diet ($p=0.000$), physical activity ($p=0.017$), sleep patterns ($p=0.000$), and stress ($p=0.001$). The conclusion of this study confirms that there is an association between the lifestyle of patients with diabetes mellitus and the occurrence of diabetic neuropathic in RSU Royal Prima Medan in 2024. Therefore, it is important to conduct lifestyle interventions to prevent the occurrence of diabetic neuropathy in patients with diabetes mellitus.

Keywords: *diabetes mellitus, diabetic neuropathy, lifestyle, eating patterns, physical activity, sleep patterns, stressful state*