

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan adalah hal penting yang harus dijaga oleh setiap orang, karena dengan tubuh yang sehat maka tubuh akan mudah untuk menInapkan aktivitas dan tidak ada hambatan dalam beraktivitas. Kesehatan didefinisikan lebih komprehensif, meliputi tidak hanya kondisi fisik, tetapi juga kondisi mental, sosial, serta lingkungan yang mendukung tercapainya derajat kesehatan yang optimal bagi seluruh rakyat Indonesia. Kesehatan secara umum didefinisikan sebaga kondisi tubuh baik secara fisik, jasmani dan rohani yang berada dalam keadaan yang baik dan seimbang tanpa adanya rasa sakit yang dirasakan atau adanya indikasi terkena suatu penyakit. (Undang-Undang No. 36 Tahun 2009)

Dalam mencapai standar kesehatan yang baik, diperlukan adanya aktivitas harian dan pola kehidupan yang sehat atau yang sering disebut dengan gaya hidup sehat. Gaya hidup sehat adalah sebuah pilihan gaya hidup jangka panjang dengan pola hidup yang baik secar komitmen untuk menInapkan beberapa hal guna mendukung fungsi tubuh, sehingga memberikan efek kesehatan bagi tubuh. Terdapat berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk menerapkan gaya hidup sehat dan aktif adalah dengan bersikap menjaga pola asupan makanan sehat dengan diet dan nutrisi, berolahraga secara rutin, memilih nutrisi pendukung yang tepat dan megikuti komunitas guna mendapat dukungan dari orang yang sama. Dengan melakukan berbagai upaya dan sikap tersebut, maka kualitas hidup

sehat pun bisa didapatkan dan menciptakan lingkungan yang positif bagi masyarakat sekitarnya. (Sari, 2020; Notoatmodjo, 2010)

Diabetes melitus diambil dari kata Yunani *diabetes* yang berarti menyedot-melewati dan kata Latin *mellitus* yang berarti manis. Tinjauan sejarah menunjukkan bahwa istilah "diabetes" pertama kali digunakan oleh Apollonius dari Memphis sekitar 250 hingga 300 SM. Peradaban Yunani, India, dan Mesir kuno menemukan sifat manis urin dalam kondisi ini, dan karenanya penyebaran kata Diabetes Mellitus muncul. Mering dan Minkowski, pada tahun 1889, menemukan peran pankreas dalam patogenesis diabetes. Pada tahun 1922 Banting, Best, dan Collip memurnikan hormon insulin dari pankreas sapi di Universitas Toronto, yang mengarah pada ketersediaan pengobatan yang efektif untuk diabetes pada tahun 1922. (Smith & Johnson, 2010)

Faktor-faktor yang mempengaruhi diabetes melitus mencakup faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti usia, riwayat keluarga, dan jenis kelamin, serta faktor yang dapat dimodifikasi seperti pola makan yang tidak sehat, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan stress. (Puspitasari et al., 2021) Selain itu, pengetahuan yang cukup tentang diabetes sangat penting dalam pencegahan dan pengelolannya. Masyarakat yang memiliki pemahaman yang baik mengenai gejala dan faktor risiko diabetes cenderung lebih waspada terhadap kondisi ini, serta mampu mengelola pola makan, olahraga, dan kontrol gula darah untuk mencegah komplikasi serius, seperti penyakit jantung, kebutaan, dan gagal ginjal. (Hasanah et al., 2019; Sari et al., 2021)

Gaya hidup sebagai faktor menunjukkan bahwa terdapat pengaruh gaya hidup pada pola makan dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko DMT2. Individu yang memiliki pola makan tidak teratur memiliki kadar gula darah lebih buruk dibandingkan dengan yang memiliki pola makan tidak teratur. Individu yang beraktivitas fisik sehari-harinya ringan memiliki risiko 2,68 kali untuk menyandang DMT2 dibandingkan dengan yang melakukan aktivitas fisik sehari-harinya sedang dan berat (Murtiningsih et al., 2019).

Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan, prevalensi diabetes melitus (DM) pada semua usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada 2023. Angka tersebut didapatkan dari sampel tertimbang sebesar 877.531 orang. Menurut tipenya, terbanyak adalah diabetes tipe 2 sebanyak 50,2% dari total sampel tertimbang sebesar 14.935 orang. Jenis tersebut lebih banyak dialami penderita lansia, yakni 65-74 tahun sebesar 52,5%; 55-64 tahun sebesar 51,8%; dan 75 tahun ke atas sebesar 50,8%. Jenis kedua, yakni DM tipe 1 sebesar 16,9%. Tipe ini paling banyak dialami anak-anak, yakni 5-14 tahun sebesar 55,7%; 15-24 tahun sebesar 29,3%; dan 35-44 tahun sebesar 19,9%. Ketiga, DM gestasional sebesar 2,6%. Tipe ini lebih banyak dialami kelompok usia 25-34 tahun sebesar 3,8%; 35-44 tahun serta 65-74 tahun masing-masing 3%. Sementara penderita yang menjawab tidak tahu terhimpun sebesar 30,3%.

B. Perumusan Masalah

Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan, prevalensi diabetes melitus (DM)

pada semua usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada 2023. Gaya hidup sebagai faktor menunjukkan bahwa terdapat pengaruh gaya hidup pada pola makan dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko DM2. Mengacu pada permasalahan di atas, maka pertanyaan penelitian adalah, bagaimana Gambaran Gaya Hidup pada Pasien Rawat Inap Penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Permata Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran gaya hidup pada pasien rawat inap penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Permata terkait pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok pada pasien penderita Diabetes Melitus pasien rawat inap.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran pola makan pada pasien penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Permata,
- b. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada pasien penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Permata,
- c. Mengetahui gambaran kebiasaan merokok pada pasien penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Permata.

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta wawasan peneliti mengenai gambaran gaya hidup pada pasien penderita Diabetes Melitus.

2. Untuk Program Studi DIII Gizi Cirebon

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan referensi bagi pendidikan dan penelitian di bidang gizi masyarakat terkait gaya hidup pada pasien penderita Diabetes Mellitus.

3. Untuk Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan terkait gaya hidup sehat bagi penderita penyakit Diabetes Melitus.