



HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN NILAI GULA DARAH SEWAKTU (GDS) PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA DEWASA

Muhammad Al-Amin R. Sapeni^{1*}, Mulyati Mulyati², Hasriana Hasriana³, Tri Ayu Yuniyanti⁴

¹Department of Nursing, Faculty of Health, Medika Suherman University, Jalan Raya Industri Pasir Gombang, Jababeka, Pasirgombang, Cikarang Utara, Bekasi, Jawa Barat 17530, Indonesia

²School of Nursing, STIKes Graha Edukasi, Jl. Perintis Kemerdekaan, Kapasa, Tamalanrea, Makassar, Sulawesi Selatan 90245 Indonesia

³Department of Nursing, Faculty of Health, Borneo University, Jl. Amal Lama No. Pantai Amal, Tarakan Timur, Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia

⁴School of Nursing, Poltekkes Kemenkes Maluku, Benteng, Nusaniwe, Ambon, Maluku Indonesia

*alamin@medikasuherman.ac.id

ABSTRAK

Indonesia menempati peringkat ke tujuh kasus diabetes mellitus terbanyak di dunia dan selalu terjadi peningkatan setiap tahunnya jumlah kasus diabetes mellitus, yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Gaya Hidup dengan Nilai GDS Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 pada dewasa di Poli Klinik RS X Depok. Metode: Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan dengan desain penelitian cross sectional. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner gaya hidup dan alat glukometer kepada 81 pasien penderita diabetes mellitus tipe 2 di poliklinik RSX Kota Depok. Data dianalisis menggunakan uji Fisher-Exact. Hasil: Hasil uji Fisher-Exact diperoleh pvalue sebesar 0,141 ($\alpha < 0,05$) dan diperoleh nilai koefisien korelasi dengan uji Kendall's Tau c sebesar 0,096 ($r = 0,096$) sehingga hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan nilai Gula Darah Sewaktu di Poli Klinik Rumah Sakit Swasta X Kota Depok dan memiliki kekuatan hubungan yang sangat lemah. Kesimpulan: Gaya hidup tidak memiliki hubungan dengan nilai Gula Darah Sewaktu di Poli Klinik Rumah Sakit Swasta X Kota Depok.

Kata Kunci: diabetes mellitus tipe 2; gaya hidup; gula darah sewaktu

CORRELATION LIFESTYLE WITH MARK CURRENT BLOOD SUGAR PATIENT DIABETES MELLITUS (DM) TYPE 2 ON MATURE

ABSTRACT

Indonesia occupy ranking to seven case diabetes mellitus the most in in this world And always happen enhancement everytime the year amount case in diabetes mellitus, Which caused by style life Which No Healthy. Objective : Study This purposeful For know connection Style Life with Mark Patient Diabetes Mellitus Type 2 on mature in Poly Hospital Clinic X Depok. Method : Type study in study This is study descriptive with approach quantitative And with design study cross sectional. Collection data carried out and used questionnaire style Life and tool glucometer to 81 patient sufferer diabetes mellitus type 2 in Poly Hospital Clinic X Depok. Data analyzed use test Fisher-Exact. Results : Results test Fisher - Exact. obtained pvalue as big as 0.141 ($\alpha < 0.05$) And obtained mark coefficient correlation with test Kendall 's Tau c as big as 0.096 ($r = 0.096$) so that matter This show that there is no connection Which significant between style life with mark Sugar Blood When in Poly Hospital Clinic X Depok And own strength connection Which very weak. Conclusion : Style life No own connection with mark Sugar Blood When in Poli Hospital Clinic X Depok.

Keywords: current blood sugar; diabetes mellitus type 2; lifestyle

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) adalah salah satu penyakit tidak menular yang telah menjadi masalah kesehatan masyarakat, tidak hanya di Indonesia tetapi juga dunia (WHO, 2020). Penyakit ini terjadi karena gangguan pada metabolisme dengan terjadinya hiperglikemia dimana pankreas tidak dapat melakukan sekresi insulin secara alami. (ADA, 2020). DM berpengaruh signifikan terhadap kehidupan

individu jenis yang paling sering dijumpai, pada penyakit DM tipe 2 ini tubuh menolak efek dari insulin atau tidak memproduksi insulin yang cukup mempertahankan kadar glukosa yang normal (Dewi et al, 2018) .

Menurut World Health Organization (2020) , melaporkan bahwa penderita diabetes meningkat dari 108 menjadi 422 juta, Begitu pula menurut World Diabetes Association, International Diabetes Federation (IDF) memperhitungkan angka kejadian Diabetes Mellitus (DM) didunia pada tahun 2015 adalah 371 juta jiwa, tahun 2016 meningkat menjadi 382 juta jiwa akibat terjadi peningkatan kejadian DM di Indonesia, yaitu 9,1 juta, pada tahun 2014, menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Situmeang, 2019) . Gaya hidup dengan pola makan tinggi lemak, garam, dan gula, selain itu pola makan makanan yang serba instan saat ini memang sangat digemari oleh sebagian masyarakat, seperti gorengan, jenis makanan yang murah meriah dan mudah di dapat karena dijual dipinggir jalan ini rasanya memang enak tetapi mengakibatkan peningkatan kadar gula darah (Bulu, 2019).

Berdasarkan hasil peneliti sebelumnya mengatakan gaya hidup dengan nilai gula darah pada pasien DM tipe 2, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dan nilai gula darah pentingnya Gaya hidup yang sehat dapat memberikan pengaruh pada lebih baik pada pasien DM tipe 2 tentang keyakinan diri sendiri, dan untuk membentuk perilaku lebih baik dengan cara hidup sehat dan disiplin melakukan olahraga (Azis, 2019). Meskipun demikian sepengetahuan peneliti belum ada yang meneliti tentang Hubungan Gaya hidup dengan nilai GDS DM tipe 2 dewasa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan Gaya Hidup dengan Nilai GDS Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 pada dewasa di Poli Klinik RS X Depok.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif bersifat *deskriptif korelasional* atau perbandingan yang menggunakan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen yaitu hubungan gaya hidup dan nilai gula darah sewaktu dengan mengambil data pada waktu yang bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah klien yang menderita DM tipe 2 yang sedang rawat jalan ke poli klinik di RS X Swasta Kota Depok pada bulan Mei – Juli tahun 2023. Pengambilan sample dalam penelitian ini dengan tehnik *Non Probability Sampling* disertai *consecutive sampling* dan sesuai kriteria inklusi yang ditetapkan oleh peneliti, sehingga didapatkan sampel sebanyak 81 responden. Data dikumpulkan dengan cara memberikan Kuisioner gaya hidup dan stik glukometer. Analisa data yang digunakan adalah *uji Fisher-Exact*.

HASIL

Tabel 1 distribusi frekuensi responden diketahui bahwa pasien di Poli Klinik RS Swasta X Kota Depok dengan kategori usia tertinggi berada pada usia dewasa madya dengan rentang usia 40-60 tahun sebanyak 57 orang (70,4%), mayoritas berjenis kelamin perempuan berjumlah 48 orang (59,3%) dan pendidikan terakhir responden terbanyak yaitu perguruan tinggi berjumlah 45 orang (55,6%).

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan Terakhir (n=81)

Variabel	f	%
Usia		
Dewasa Awal (21-40)	13	16
Dewasa Madya (40-60)	57	70,4
Dewasa Lanjut (>60)	11	13,6
Jenis Kelamin		
Laki	48	59,3
Perempuan	33	40,7
Pendidikan Terakhir		
Menengah (SMP/SMA)	36	44,4
Perguruan Tinggi	45	55,6

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Gaya Hidup (n=81)

Variabel	f	%
Gaya Hidup		
Baik	66	81,5
Kurang Baik	16	18,5

Tabel 2 diketahui bahwa gaya hidup responden di Poli Klinik Rumah Sakit Swasta X Kota Depok mayoritas kategori baik sebanyak 66 orang (81,5%) sedangkan kategori kurang baik sebanyak 15 orang (18,5%).

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Nilai Gula Darah Sewaktu (GDS) (n=81)

Variabel	f	%
Nilai GDS		
Buruk	58	71,6
Sedang	22	27,2
Baik	1	1,2

Tabel 3 diketahui bahwa Nilai Gula Darah Sewaktu Responden di Poli Klinik Rumah Sakit Swasta X Kota Depok mayoritas kategori buruk sebanyak 58 orang (71,6%) sedangkan kategori sedang sebanyak 22 orang (27,2%) dan kategori baik hanya 1 orang (1,2%).

Tabel 4.
Hubungan Gaya Hidup dengan Nilai Gula Darah Sewaktu (GDS) (n=81)

Gaya Hidup	Nilai GDS						Total	r	P Value	
	Baik		Sedang		Buruk					
	f	%	f	%	f	%				
Baik	0	0	17	25,8	49	74,2	66	100	0,096	0,141
Kurang Baik	1	6,7	5	33,3	9	60	15	100		

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa hasil uji *Fisher-Exact* diperoleh *p value* sebesar 0,141 ($\alpha < 0,05$) dan diperoleh nilai koefisien korelasi dengan uji *Kendal's Tau c* sebesar 0,096 ($r = 0,096$), oleh karena itu dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan nilai Gula Darah Sewaktu di Poli Klinik Rumah Sakit Swasta X Kota Depok dan memiliki kekuatan hubunganyang sangat lemah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa menunjukkan bahwa tidak ada hubungan gaya hidup dengan nilai gds pada pasien diabetes melitus di poliklinik Rs swasta X di kota Depok. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh pola makan dengan porsi kecil dalam waktu tertentu (pengaturan jadwal makan yang teratur), hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan pola makan yang sehat adalah pola makan yang tidak berlebihan porsinya dan terdiri dari jenis-jenis makanan yang sehat dan beragam (Azis, 2020). Penderita diabetes yang mempunyai pengetahuan yang cukup tentang diabetes, kemudians elanjutnya mengubah perilakunya, akandapat mengendalikan kondisi penyakit sehingga dapat hidup lebih berkualitas (Adiputra, 2014). Jika pasien memiliki pengetahuan tentang mengendalikan pola hidup sehat disertai dengan perubahan perilaku dan kesadaran pasien, maka jumlah pasien yang mengontrol atau mengendalikan pola hidup sehat dengan baik dapat meningkat dan pasien DM dapat hidup lebih berkualitas. Selain itu diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus, seperti faktor lingkungan, kondisi obesitas, kebiasaan merokok, terpapar asap rokok, stres, jenis kelamin, konsumsi alkohol serta konsumsi kopi dan kafein.

Meskipun demikian, berbeda dengan penelitian Adiputra (2018), Hubungan Gaya Hidup dengan Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Puskesmas Kecamatan Jatinegara Jakarta Timur dibuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan pola makan dengan kadar gula darah kejadian diabetes mellitus dengan nilai $p = 0,01$ dengan nilai $OR = 14.685$ disimpulkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kadar gula darah kejadian diabetes mellitus. Lebih lanjut, hasil penelitian sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Vitahealth (2009) yang menyatakan bahwa penyebab utama diabetes di era globalisasi adalah perubahan gaya hidup. hasil penelitian sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Perkeni (2015), yang menyatakan bahwa penyebab utama diabetes di era globalisasi adalah perubahan gaya hidup.

Hasil penelitian ini juga menjelaskan usia responden terbanyak 40-60 tahun, laki-laki, dan berasal dari perguruan tinggi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wiardani (2019) dimana usia 40-60 tahun kemampuan pankreas untuk menghasilkan insulin akan menurun. Selain itu, menurut Shara Kurnia (2013) Wanita lebih berisiko mengidap diabetes karena secara fisik wanita memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh yang besar. Lebih lanjut, Tingkat pendidikan akan mempengaruhi tingkat konsumsi pangan seseorang dalam memilih bahan pangan demi memenuhi kebutuhan hidupnya (Suliyana, 2012). Keterbatasan penelitian ini hanya menggunakan desain penelitian *cross sectional* yakni hanya menggambarkan variabel independent dan dependen dalam satu waktu dimana desain penelitian ini tidak bisa memberikan penjelasan sebab akibat dan hanya menunjukkan adanya keterkaitan. Selain itu desain penelitian ini merupakan desain paling lemah di antara yang lainnya. Selain itu, penelitian ini hanya terbatas dengan jumlah sampel 81 responden dan hanya dilakukan di poli klinik Rumah Sakit.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul hubungan gaya hidup dengan nilai gds pada pasien DM di poliklinik RS swasta X di kota Depok. Dapat disimpulkan bahwa Pasien DM tipe2 di poliklinik RS swasta X di kota Depok Mayoritas usia madya dengan rentang usia 40-60 tahun, berjenis kelamin perempuan, memiliki pendidikan perguruan tinggi, memiliki gaya hidup yang baik, tetapi nilai gula darah sewaktu buruk. Oleh karena itu berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa gaya hidup dan nilai Gula darah sewaktu pada pasien DM tipe 2 memiliki kekuatan yang sangat lemah.

DAFTAR PUSTAKA

- ADA, (2020). Diagnosis and Clasification of Diabetes Journal. Vol 35 (1): 67. (<https://care.diabetesjournal.org>. diakses 17 Mei 2020)
- Adiputra, T. M. (2018) . Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus (Dm) dan Keluarga Tentang The Description Of Knowledge Of Diabetes Mellitus (Dm) Patients And Family About The Management Of Diabetsmellitustype 2.5(2) , 165–187.
- Azis, W. A., Muriman, L. Y., & Burhan, S. R. (2020) . Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus. Jurnal Penelitian Perawat Profesional,2(1) , 105–114 <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i1.52>
- Bulu, A., Wahyuni, T. D., & Sutriningsih, A. (2019) . Hubungan antara Tingkat Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Nursing News, 4(1) , 181–189.
- Cahyani, O. P. N. (2019). Gambaran Kepatuhan Manajeman Diabetes Melitus Tipe2 Di Puskesmas Ngoresan Jebres. <Http://Eprints.Ums.Ac.Id/72930/1/10.20> Naskah 20 Publikasi.Pdf, 1–17.
- Dahlan, S. (2013). Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Dewi, R., Anugrah, I. H., Permana, I., Budhiana, J., & Melinda, F. (2021) . Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Kesehatan Indra Husada, 9 (1) , 1 -9.
- Perkeni. 2015. Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe2 di Indonesia. Jakarta. Perkeni
- Situmeang, M. M. (2019) . GambaranC-Reactive Protein Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang di Rawat di Rumah Sakit Umum. Pusat Haji Adam Malik Medan.
- Tandra, H. 2018. Segala Sesuatu yang Harus Anda Ketahui Tentang Diabetes Panduan Lengkap Mengenal dan Mengatasi Diabetes dengan Cepat dan Mudah. Edisi Kedua. Jakarta : Gramedia
- World Health Organization (2020) . Media centre:Diabetes Melitus. (Online) , (<http://www.who.int>. diakses 05 Mei 2020).
- WHO, (2020). Global Health Estimate 2020: Death by Cause, Age, Sex, by Country and by Region 2000 - 2019. [online] World Health Organization Availableat:<<https://www.who.int/data/gho/data/themes/mortality-and-globalhealth-estimates>>.

