Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi **e-ISSN**: 2549-4236, **p-ISSN**: 1411-8939
Lembaga Penellitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Volume 23(2), Juli 2023, 2098-2100
DOI: 10.33087/jiubj.v23i2.2971

Pengaruh Pola Hidup Masyarakat terhadap Penyakit Diabetes Melitus di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu

Yusril Iza Mahendra, Yunia Humairah Ayub, Bintang Rizki Angeli, Suhaila Syahda, Annisa Hasanah, Wahyudi
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
Correspondence: yusrilizamahendra944@gmail.com, yuniahumairah50@gmail.com, scourgeofputra@gmail.com, fachrurizal258@gmail.com

Abstrak. Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronik yang disebabkan karena adanya gangguan pada tubuh, sehingga tubuh tidak bisa menghasilkan atau menggunakan glukosa darah ke dalam sel-sel tubuh, akibatnya glukosa menumpuk di dalam darah. Gejala diabetes ditandai dengan peningkatan gula darah yang cenderung lebih tinggi daripada ukuran normal. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode analisis cross sectional karena penelitian ini dilakukan dalam satu waktu. Sampel pada penelitian ini adalah mayarakat Lansia yang ada di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu yang berjumlah 40 orang. Dari hasil peneelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa warga-warga atau masyarakat di Desa Tengah ini selalu menerapkan pola hidup sehat bahkan para lansia. Karena, dapat kita lihat peneliti meneliti masyarakat sebanyak 40 orang. Namun, dari 40 responden tersebut, hanya 6 orang yang mengidap diabetes mellitus.

Kata Kunci : diabetes melitus, penyakit, gangguan, glukosa

Abstract*. Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease caused by a disturbance in the body, so that the body cannot produce or use blood glucose into the body's cells, resulting in glucose accumulating in the blood. Symptoms of diabetes are characterized by increased blood sugar which tends to be higher than normal. This study used quantitative research with cross sectional analysis method because this research was carried out at one time. The sample in this study was the elderly community in Tengah Village, Pantai Labu District, totaling 40 people. From the results of the research conducted, it shows that the residents or people in Tengah Village always adopt a healthy lifestyle, even the elderly. Because, we can see that researchers examined the community as many as 40 people. However, out of the 40 respondents, only 6 people had diabetes mellitus.*

Keywords*: diabetes mellitus, disease, disorders, glucose*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronik yang disebabkan karena adanya gangguan pada tubuh, sehingga tubuh tidak bisa menghasilkan atau menggunakan glukosa darah ke dalam sel-sel tubuh, akibatnya glukosa menumpuk di dalam darah. Gejala diabetes ditandai dengan peningkatan gula darah yang cenderung lebih tinggi daripada ukuran normal. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) telah memperkirakan kurang lebihnya ada 463 juta orang dengan rata-rata umur 20-79 yang menderita diabetes pada tahun 2019. Di tahun ini, prevalensi penyakit DM mencapai angka 9,3%. Dikhawatirkan di tahun 2030-2050 penyakit DM akan menjadi pembunuh teratas dan angka kasus akan semakin meningkat menyentuh 500 juta. Di peringkat dunia, Indonesia masuk ke dalam peringkat 7 di tahun 2018 dengan kategori kasus DM paling banyak di dunia dan Asia Tenggara. Peringkat ini bukanlah sesuatu yang dapat dibanggakan dan dijunjung tinggi. Kasus DM pada tahun 2018 di Indonesia, yaitu sebesar 10,7 juta.

DM tidak hanya membuat tubuh kehilangan produksi insulin, tetapi ia dapat mengganggu kerja pada kulit, menyebabkan kebutaan, serangan jantung, gagal ginjal bahkan berakhir pada gangguan komplikasi. Diabetes Mellitus (DM) adalah gangguan yang terjadi di dalam tubuh akibat kelebihan glukosa dan juga karbohidrat. Sejalan dengan penelitian Restyana (2015) bahwa diabetes mellitus adalah gangguan metabolisme yang secara genetic dan klinis termasuk heterogen degan manifestasi berupa hilangnya karbohidrat. Lahirnya penyakit DM pada pasien dikarenakan faktor keturunan dan kebiasaan hidup tidak sehat. Salah satu kebiasaan hidup sehat yang menjadi penyebab utama adalah terlalu banyak mengonsumsi karbohidrat (glukosa) dan tidak banyak melakukan aktivitas sehingga ketika kedua faktor ini digabungkan bukan hal yang tidak

mungkin seseorang akan mengidap penyakit DM di usia muda (Milita, 2021)

Pengobatan pada penyandang penyakit DM memiliki beberapa tipe, ada yang menggunakan obat-obatan kimia, injeksi sulin, ataupun gabungan antara keduanya. Obat kimia yang diresepkan oleh dokter memiliki kemampuan untuk menurunkan kadar gula darah, sedangkan injeksi sulin memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan insulin pada tubuh. Insulin merupakan sebuah hormon yang dihasilkan oleh pankreas dan berguna untuk mengendalikan kadar gula dalam tubuh (Fatimah dan Apriadi, 2020)

HASIL

Tabel 1
Data Sampel Gula Darah Dan Gula Lansia pada di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu

Variabel Gula Darah	Variabel Umur	N	%
1 – 100 mg/dL	28 – 30 Tahun	8	20,0
101 – 200 mg/dL	31 – 42 Tahun	26	65,0
201 – 300 mg/dL	43 – 50 Tahun	3	7,5
301 – 400 mg/dL	51 & 57 Tahun	2	5,0
401 – 500 mg/dL	60 Tahun	1	2,5
Total		**40**	**100,0**

Sumber: data olahan

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 40 orang yang dijadikan sampel untuk diteliti, diantaranya memiliki gula darah 1 – 100 mg/dL dengan umur 28 – 30 tahun sebanyak 8 orang dengan persentase sebanyak 20%. Lalu, yang memiliki gula darah 101 – 200 mg/dL dengan umur 31 – 42 tahun sebanyak 26 orang dengan persentase sebanyak 65%. Kemudian, yang memiliki gula darah 201 – 300 mg/dL dengan umur 43 – 50 tahun sebanyak 3 orang dengan persentase sebanyak 7,5%. Selanjutnya, yang memiliki gula darah 301 – 400 mg/dL dengan umur 51- 57 tahun sebanyak 2 orang dengan persentase sebanyak 5%. Terakhir, yang memiliki gula darah 401 – 500 mg/dL dengan umur 60 tahun sebanyak 1 orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak kurang lebih 6 orang mengidap penyakit diabetes dengan umur 43 – 60 tahun yang memiliki gula darah sebanyak 201-500 mg/dL dengan presentase 15%. Selebihnya tidak mengidap diabetes karena memiliki gula darah dibatas normal sebanyak 1 – 200 mg/dL sejumlah 34 orang dengan presentase sebesar 85% (Herdiana, 2019). Tabel 1 juga menjelaskan bahwa warga-warga atau masyarakat di Desa Tengah ini selalu menerapkan pola hidup sehat bahkan para lansia. Karena, dapat kita lihat peniliti meneliti masyarakat sebanyak 40 orang. Namun, dari 40 responden tersebut, hanya 6 orang yang mengidap diabetes mellitus. Pengetahuan tentang kesehatan dapat membantu seseorang dalam menindaklanjuti penyakit yang sedang diderita, memudahkan seseorang untuk beradaptasi dengan penyakitnya, mencegah komplikasi dan mematuhi program terapi yang telah ditentukan.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode analisis cross sectional karena penelitian ini dilakukan dalam satu waktu. Analisis cross sectional merupakan penelitian observasional yan menganalisis data variable yang dilakukan dalam satu titik waktu tertentu yang sudah ditentukan. Sampel pada penelitian ini adalah masyarakat lansia yang ada di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu yang berjumlah 40 orang.

Faktor makanan yang dapat menyebabkan resiko diabetes

Kebiasaan mengonsumsi makanan olahan yang berbahan dari tepung seperti biskuit yang terbukti memiliki hubungan dengan kejadian diabetes mellitus. Biscuit adalah jenis makanan yang mengandung karbohidrat tinggi. Asupan karbohidrat yang berlebih dari kebutuhan akan meningkatkan gula darah dan sulit untuk dikendalikan dalam batas yang normal. Dalam menjalankan fungsinya, tubuh akan memerlukan energy potensial yang berupa energy kiia yang tersimpan didalam bahan makanan. Dan akan dilepaskan setelah terjadinya proses metabolisme dalam tubuh. Karbohidrat merupakan makanan sumber akan energy. Karbohidrat akan diabsorpsi tubuh dalam bentuk glukosa dalam proses metabolisme.proses metabolisme sangat memerlukan insulin untuk memasukkan glukosa dan bahan nutrisi lain kedalam sel yang akan digunakan sabagai dasar yang menjadi energy. Apabila insulin kurang, maka kadar gula darah dalam tubuh akan meningkat (Veridiana, 2019).

Faktor aktivitas fisik yang dapat menyebabkan resiko diabetes

Faktor yang paling menonjol adalah aktivitas fisik setelah dilakukan pengecekan oleh

variabel lain. Orang yang memiliki perilaku makan tidak terkontrol kemudian kegiatan fisiknya kurang maka akan meningkatkan resiko terkena diabetes mellitus. Kegiatan fisik yang dilakukan dapat membakar energy dalam tubuh sehingga jika asupan kalori berlebihan tetapi tidak dilakukannya aktivitas fisik maka tubuh dapat mengalami obesitas dan kondisi itu juga bisa menjadi penyebab resiko diabetes mellitus (Setiyorini, 2017); (Annisa, 2019).

SIMPULAN

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa penyakit diabetes di Desa Tengah Kecamatan Pantai Labu sangat sedikit yang mengidap, karena mayoritas masyarakat adalah petani jadi secara tidak langsung aktivitas yang dilakukan sangat berdampak pada kesehatan masyarakatnya dan bisa menjadi salah satu cara agar terhindar dari penyakit tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Fatimah, Petti Siti. Putra, Apriadi. 2020. Pola konsumsi buah dan sayur dengan kejadian diabetes melitus pada masyarakat pesisir. Bali Health Published Journal. 20(1). 26-36.

Fatimah, Restyana Noor. 2015. Diabetes Mellitus Type 2, J Majority. 4(5), 93-101.

Herdiana, Yedi. 2019. Pemeliharaan pola hidup sehat dan pemanfaatan obat untuk pencegahan penyakit diabetes melitus, Jurnal aplikasi ipteks untuk masyarakat. 8(2), 98-100.

Milita, Fibra. 2021. Kejadian diabetes melitus tipe II pada lanjut usia di indonesia (analisis riskesdas 2018), Jurnal kedokteran dan kesehatan. 17(1), 9-20.

Pahlawati, Annisa. 2019. Hubungan tingkat pendidikan dan usia dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas palaran kota samarinda, Borneo Student Research. 1-5.

Setiyorini, Erni. 2017. Hubungan lama menderita dan kejadian komplikasi dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes melitus tipe II, Seminar nasional dan gelar produk. 75-82.

Veridiana, Ni Nyoman. 2019. Hubungan perilaku konsumsi dan aktivitas fisik dengan diabetes melitus di Indonesia, Buletin Penelitian Kesehatan. 47(2), 97-06.