

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Diabetes mellitus (DM) adalah sekelompok kelainan yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia). Hiperglikemia jangka panjang dapat menunjang terjadinya komplikasi mikrovaskular kronis (penyakit ginjal dan mata) serta komplikasi neuropati. Diabetes juga berkaitan dengan suatu peningkatan kejadian penyakit makrovaskular termasuk infark miokard, stroke, dan penyakit vaskular perifer (Brunner & Suddarth, 2000).

Terdapat dua kategori utama diabetes mellitus yaitu, diabetes tipe 1 dan tipe 2, dahulu diabetes tipe 1 disebut juga sebagai insulin – dependen atau *juvenile/ childhood-onset diabetes* ditandai dengan kurangnya produksi insulin, sedangkan diabetes tipe 2 dahulu disebut juga dengan non-insulin dependen atau adult-onset diabetes, yang disebabkan oleh kurangnya efektifitas penggunaan insulin dalam tubuh. 90% diabetes merupakan diabetes tipe 2 (Kemenkes, 2014).

Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insiden dan prevalensi DM tipe II di berbagai penjuru dunia. Menurut WHO (*World Health Organization*), Indonesia menempati urutan keempat terbesar di dunia, sedangkan urutan di atasnya ialah India, China, dan Amerika Serikat. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2007 melaporkan prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sebesar 5,7% sedangkan pada Riskesdas 2013 meningkat menjadi 6,9%, berdasarkan data prevalensi diabetes mellitus di Bogor sebesar 8,8% (Sihombing dkk, 2015).

Penyebab utama diabetes mellitus adalah faktor keturunan (genetik). Berdasarkan teori tersebut data statistik menunjukkan sebagai berikut, jika kedua orang tuanya (ayah dan ibu) merupakan penderita diabetes mellitus maka kemungkinan anaknya menderita adalah 8.3%. Jika salah satu orangtuanya (ayah atau ibu) merupakan penderita diabetes mellitus maka kemungkinan anaknya menderita adalah 5.3%. Jika kedua orang tuanya normal (bukan penderita diabetes mellitus) maka kemungkinan anaknya terkena penyakit diabetes mellitus adalah

1.5%. Jika pernah mengalami abnormal pada toleransi gula, namun kemudian normal kembali maka secara statistik memiliki kemungkinan terkena penyakit diabetes mellitus lebih besar dibanding orang normal. Wanita yang pernah memiliki bayi dengan berat lebih dari 4 kg, biasanya dianggap sebagai pradiabetes (Lanywati, 2001). Faktor risiko yang mempengaruhi DM antara lain faktor sosiodemografi, perilaku dan pola hidup. Pola hidup yang dimaksud meliputi kebiasaan makan, aktifitas fisik, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, konsumsi kopi dan kafein. Di samping itu ada penyebab – penyebab lain seperti faktor stres dan jenis kelamin (Sudaryanto dkk, 2014).

Peningkatan diabetes mellitus yang cukup tinggi diduga berhubungan dengan adanya perubahan pola hidup seseorang. Pola hidup merupakan cara berperilaku sehari-hari, sejak bangun hingga tidur lagi. Faktor lain yang terkait dengan risiko diabetes adalah penderita *polycystic ovary syndrome* (PCOS), penderita sindrom metabolik yang memiliki riwayat toleransi glukosa terganggu (TGT) atau glukosa darah puasa terganggu (GDPT) sebelumnya, memiliki riwayat penyakit kardiovaskuler seperti stroke, PJK (Penyakit Jantung Koroner), atau PAD (*Peripheral Arterial Diseases*) (Trisnawati dkk, 2013).

Agar mampu beribadah dan bekerja dalam kondisi yang serba sibuk ini, selayaknya seorang muslim memandang penting masalah kesehatan. Bagi seorang muslim, contoh terbaik dalam menjaga kesehatan adalah contoh yang diberikan oleh Rasulullah SAW. Rasulullah sangat jarang mengalami sakit meskipun mempunyai banyak aktivitas seperti berdakwah, beribadah, dan bahkan terjun langsung dalam peperangan, serta sering menghadapi hal-hal yang sangat menekan perasaan (Sofyan, 2012).

Ajaran Islam sangat menganjurkan pola hidup sehat agar terjauhkan dari wabah penyakit yang dapat mengganggu aktifitas hidup. Dengan tubuh dan jiwa yang sehat seorang muslim dapat melaksanakan kewajiban hidupnya dengan baik, serta beribadah dengan nyaman (Thawil, 2007). Rasulullah SAW menginginkan agar umatnya rajin beribadah, dengan kondisi fisik yang kuat, beliau menyatakan mukmin yang lebih dicintai Allah SWT adalah mukmin yang kuat (Prasetyo, 2010).

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ
إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ

“Dari Abu Hurairah dia berkata; “Rasulullah saw bersabda: ‘Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah swt daripada orang mukmin yang lemah” (HR Muslim).

Beberapa kebiasaan Rasulullah SAW yang menjadikan beliau sangat sehat lahir batin, antara lain menjaga kualitas tidur, menjaga pola makan, serta berolahraga dengan teratur. Rasulullah tidur lebih awal dan bangun lebih awal dan selalu mengajak umatnya agar selalu bangun sebelum waktu subuh serta melaksanakan shalat shubuh di masjid. Selain mendapat pahala, juga dapat menghirup udara yang segar dan mengandung oksigen. Makanan dan minuman harus halal dan thoyib (baik), seimbang, sederhana dan tak berlebihan. Olahraga yang dilakukan secara rutin dapat menunjang perkembangan jiwa. Meningkatkan ketrampilan dan pertumbuhan badan. Olahraga berfungsi untuk memperkuat daya tahan tubuh, sehingga tidak mudah terserang penyakit (Sofyan, 2012).

1.2 Perumusan Masalah

Salah satu faktor risiko diabetes mellitus adalah pola hidup. Di era globalisasi serta kemajuan teknologi seperti ini banyak terjadi perubahan pada pola hidup tiap individu, seperti kebiasaan makan makanan cepat saji, tinggi lemak, serta kurang serat, kurangnya waktu yang membuat seseorang tidak sempat untuk berolahraga, dan konsumsi rokok pun bukan lagi hal yang tabu namun sudah menjadi *lifestyle* bagi segelintir orang, sehingga rumusan masalah dari penelitian ini adalah adakah hubungan pola hidup dengan diabetes mellitus pada usia dewasa hingga lansia ditinjau dari sisi kedokteran dan Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan masalah adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan pola hidup dengan terjadinya diabetes mellitus ?

2. Bagaimana pandangan Islam tentang hubungan pola hidup dengan terjadinya diabetes mellitus ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan pola hidup yang kurang baik dengan diabetes mellitus ditinjau dari sisi kedokteran dan Islam.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan pola hidup yang meliputi kebiasaan makan, olahraga, dan merokok terhadap diabetes mellitus.
2. Mengetahui pandangan Islam tentang hubungan pola hidup dengan diabetes mellitus.

1.5 Perumusan Hipotesis

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai, maka hipotesis yang diajukan sebagai berikut :

- H1. Ada hubungan antara pola hidup yang meliputi kebiasaan makan, olahraga dan merokok dengan diabetes mellitus ditinjau dari sisi kedokteran dan Islam.
- H0. Tidak ada hubungan antara pola hidup yang meliputi kebiasaan makan, olahraga dan merokok dengan diabetes mellitus ditinjau dari sisi kedokteran dan Islam.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat secara umum, penderita, serta keluarga, tentang pola hidup yang berhubungan dengan kejadian diabetes mellitus ditinjau dari kedokteran dan Islam.

1.6.2 Bagi Peneliti

- a. Merupakan proses belajar memecahkan masalah secara sistimatis dan logis yang menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti tentang diabetes mellitus.
- b. Mendapatkan gambaran tentang pola hidup tidak sehat yang berhubungan dengan kejadian diabetes mellitus.
- c. Merupakan prasyarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked).