BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa penderita diabetes melitus di seluruh dunia mencapai angka 537 juta orang yang berusia 20-79 tahun dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 643 juta orang dan 783 juta orang pada tahun 2030 dan 2045. Penyakit ini lebih banyak diderita pada laki-laki sejumlah 17,7 juta orang dibandingkan wanita pada tahun 2021. Prevalensi terendah terjadi pada usia 20-24 tahun sejumlah 2,2% pada tahun 2021 dan usia 75-79 tahun sejumlah 24% yang diperkirakan menjadi 24,7% pada tahun 2045. Negara terbanyak yang menderita diabetes melitus adalah China dengan jumlah 140,9 juta orang. Indonesia berada di peringkat ke-5 penderita diabetes melitus sebanyak 19,5 juta orang dengan prevalensi 10,6% pada tahun 2021 yang akan terus meningkat hingga perkiraan 28,6 juta orang pada tahun 2045 (IDF, 2021).

Data yang dilaporkan dari Hasil Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia dengan usia lebih dari 15 tahun ke atas meningkat dari 1,5% pada tahun 2013 menjadi 2,0% pada tahun 2018. Peningkatan kasus tersebut terjadi di semua provinsi Indonesia, kecuali provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT). Prevalensi tertinggi berada di DKI Jakarta dengan angka 3,4% (Riskesdas, 2018).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan diabetes melitus (DM) sebagai penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak cukup menghasilkan insulin (hormon yang mengatur glukosa darah) atau saat tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan secara efektif sehingga menyebabkan hiperglikemia atau glukosa darah yang meningkat. Berdasarkan klasifikasinya, diabetes melitus dibagi menjadi 4 tipe yaitu diabetes melitus tipe 1 (DMT1) dan diabetes melitus tipe 2 (DMT2), diabetes melitus gestasional (GDM), dan tipe khusus lainnya (Shaikh *et al*., 2022).

Meningkatnya prevalensi penderita diabetes melitus tipe 2 dapat disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat, kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini penyakit diabetes melitus, minimnya aktivitas fisik, rendahnya tingkat pengetahuan yang mempengaruhi pola makan, serta konsumsi makanan tinggi protein, lemak, gula, garam, dan rendah serat (Febriyan, 2020).

Perkembangan zaman yang semakin modern dapat membawa seseorang dengan gaya hidup yang tidak sehat seperti konsumsi makanan cepat saji yang banyak mengandung pengawet, pewarna, dan perasa buatan. Perkembangan teknologi yang canggih serta transportasi yang mudah diakses dapat membuat seseorang hanya duduk menatap layar dan kurangnya melakukan aktivitas fisik (Rahmat, 2023). Menurut Hasanah & Purwanti (2018), Gaya hidup yaitu pola hidup seseorang yang diekspresikan dalam aktivitas sehari-hari, minat, dan opini sebagai gambaran hidup keseluruhan seseorang itu sendiri saat berinteraksi dengan lingkungannya dan dipengaruhi oleh faktor sosial seperti tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, dan tingkat pemasukan serta pengeluaran.

Rendahnya tingkat pengetahuan dapat membuat seseorang baru sadar akan penyakit Diabetes Melitus setelah menderita penyakit yang serius, sedangkan seseorang yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang penyakit Diabetes Melitus diyakini dapat mengubah gaya hidupnya sehingga kondisi penyakitnya dapat terkendali dan seseorang tersebut dapat hidup lebih lama. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku atau gaya hidup seseorang. Gaya hidup yang berlandaskan pengetahuan dan sikap yang positif akan bertahan selamanya. Pengetahuan Diabetes Melitus merupakan sarana yang dapat membantu dalam mengelola penanganan diabetes hidup seseorang tersebut (Rahmat, 2023).

Begitupun pekerja, hampir setiap hari para pekerja menghabiskan waktunya di tempat kerja yang dapat menyebabkan gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup yang tidak sehat merupakan faktor risiko terhadap diabetes melitus (Ayu *et al*., 2020). Dalam penelitian Poulsen *et al*., pada tahun 2014, yang dilakukan selama 7 tahun periode pengamatan ditemukan bahwa 3,5% pekerja mengalami diabetes melitus. Adapun, penelitian yang dilakukan Carlsson *et al*., tahun 2020 didapatkan

bahwa prevalensi diabetes melitus tipe 2 pada pria 5,2% dan wanita 3,2% dengan angka tertinggi pada pengemudi kendaraan bermotor untuk pria dan pekerja pabrik untuk wanita. Beberapa pekerja PT Hydro Teknologi Internasional setiap tahun melakukan *medical checkup* (MCU), dari hasil tersebut didapatkan beberapa individu mengalami peningkatan pada kadar gula darah. Belum ada penelitian mengenai apakah ada hubungan gaya hidup terhadap kadar gula darah pada pekerja tersebut.

Dalam perspektif islam, darah memiliki peran penting dalam keberlangsungan hidup manusia yang berfungsi untuk mengalirkan oksigen, nutrisi, dan metabolisme ke seluruh tubuh melalui plasma dan sel-sel darah (Fageh & Hamdi, 2021). Seperti darah, air juga menjadi elemen dasar bagi semua yang mendukung kehidupan makhluk hidup, salah satunya manusia (Haddade, 2016). Air sangat diperlukan untuk keberlangsungan hidup yang tercantum dalam Al-Qur'an surat Al-Anbiya ayat 30, Allah SWT berfirman:

اَوَلَمْ يَرَ الَّذِيْنَ كَفَرُوْٓا اَنَّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنٰهُمَاۗ وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاۤءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّۗ اَفَلَا يُؤْمِنُوْنَ

Artinya:
"Apakah orang-orang kafir tidak mengetahui bahwa langit dan bumi, keduanya, dahulu menyatu, kemudian Kami memisahkan keduanya dan Kami menjadikan segala sesuatu yang hidup berasal dari air? Maka, tidakkah mereka beriman?" (QS. Al-Anbiya [21]: 30).

Secara prinsip, fungsi air dan darah dalam tubuh dapat dipahami melalui kaidah fikih yang menekankan pada niat atau tujuan (*maqasid*) dalam setiap aspek kehidupan. *Maqashid syari'ah* terdiri dari dari dua kata, yaitu *maqashid* yang berarti tujuan dan syari'ah yang merujuk pada pedoman hidup bagi umat muslim. Salah satu contoh penerapan *maqashid al-syari'ah* adalah menjaga kesehatan, seperti melakukan pemeriksaan glukosa darah untuk mencegah atau mendeteksi dini diabetes melitus tipe 2 (Rahmat et al., 2024; Nurhayati, 2020).

Dengan demikian, adanya peningkatan kadar glukosa darah menjadi salah satu komponen terjadinya diabetes melitus, sehingga akan diteliti mengenai "Hubungan Gaya Hidup dengan Profil Kadar Gula Darah pada PT Hydro Teknologi Internasional di Jakarta Utara dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam".

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup berperan dalam terjadinya diabetes melitus. Hal ini, mendorong peneliti untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan profil kadar gula darah pada pekerja PT Hydro Teknologi Internasional di Jakarta Utara dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana karakteristik (jenis kelamin, usia, obesitas, dan riwayat keluarga) responden terhadap profil gula darah?
2. Bagaimana hubungan pola makan responden dengan terhadap profil gula darah?
3. Bagaimana hubungan aktivitas fisik responden dengan profil gula darah?
4. Bagaimana hubungan kebiasaan merokok responden dengan profil gula darah?
5. Bagaimana hasil kadar gula darah sewaktu responden?
6. Bagaimana hubungan gaya hidup dengan profil kadar gula darah pada pekerja yang ditinjau menurut pandangan Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui hubungan gaya hidup dengan profil gula darah pada pekerja.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui karakteristik (jenis kelamin, usia, obesitas, pendidikan, dan riwayat keluarga) responden terhadap profil gula darah.
2. Mengetahui bagaimana hubungan gaya hidup pola makan responden dengan profil gula darah.
3. Mengetahui bagaimana hubungan aktivitas fisik responden dengan profil gula darah.
4. Mengetahui bagaimana hubungan kebiasaan merokok responden dengan profil gula darah.
5. Mengetahui bagaimana hasil kadar gula darah responden.
6. Menganalisis bagaimana hubungan gaya hidup dengan profil kadar gula darah pada pekerja yang ditinjau menurut pandangan Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan mengembangkan ilmu peneliti dalam melakukan dan menyusun penelitian mengenai hubungan gaya hidup dengan profil gula darah pada pekerja.
2. Bagi instansi lain

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua instansi sebagai suatu sumber bacaan, sehingga dapat menambah wawasan serta pengetahuan mengenai hubungan gaya hidup dengan profil gula darah pada pekerja.
3. Bagi masyarakat/responden

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pengaruh gaya hidup terhadap profil gula darah yang dapat menjadi potensi diabetes melitus.
4. Bagi perusahaan

   Hasil penelitian ini diharapkan sebagai *screening* kadar gula darah dan langkah awal pencegahan diabetes melitus pada pekerja PT Hydro Teknologi Internasional di Jakarta Utara.