BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pola hidup bisa dibedakan menjadi dua yaitu pola hidup sehat dan pola hidup tidak sehat. Pengertian pola hidup sehat adalah sebuah gaya hidup tanpa gangguan dan tanpa masalah baik bersifat fisik maupun psikis. Bebas dari gangguan fisik dapat berupa bebas dari penyakit-penyakit yang menyerang tubuh dan fisik seseorang sementara bebas dari gangguan psikologis dapat menyangkut kesehatan kondisi jiwa hati dan pikiran seseorang (Rahmadhani, 2014). Pola hidup tidak sehat adalah pola hidup yang menyimpang dan dapat berakibat buruk bagi kesehatan seseorang, pola hidup tidak sehat dapat menyebabkan penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif adalah jenis penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, diabetes melitus, obesitas, kardiovaskular, osteoporesis, stroke serta sekitar 50 jenis penyakit degenaratif lainnya (Suiraoka, 2012)

Diabetes melitus merupakan salah satu dari beberapa penyakit degeneratif yang saat ini semakin bertambah jumlahnya baik di dunia maupun di Indonesia. Diabetes melitus penyakit yang tidak dapat disembuhkan, penyakit tersebut membutuhkan pengelolaan dan perawatan secara tepat agar kualitas hidup penderita diabetes melitus terpelihara baik, sehingga dapat mempertahankan rasa nyaman dan sehat (Mandagi, 2010). Salah satu upaya promotif dan preventif untuk penyakit diabetes melitus

yang dilakukan oleh BPJS Kesehatan adalah Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) (Ramsar, et al., 2017).

Prolanis adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS Kesehatan, dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Program Prolanis ini untuk meningkatkan kualitas hidup peserta BPJS yang menderita penyakit kronis terutama diabetes melitus dan hipertensi. Prolanis ini dilaksanakan oleh Puskesmas (BPJS Kesehatan, 2014).

Untuk mendukung tercapainya kualitas hidup optimal sesuai dengan tujuan Prolanis dan tujuan pembangunan kesehatan yang diselenggarakan Puskesmas maka di Puskesmas Kota Sukabumi dibentuklah Klub Prolanis. Kegiatan Prolanis di Puskesmas Kota Sukabumi dilaksanakan sebulan sekali dengan kegiatan yang rutin dilaksanakan antara lain penyuluhan kesehatan, konsultasi medis, pemberian Obat, senam prolanis, pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tinggi badan, berat badan, tekanan darah, kadar glukosa darah, dan untuk penderita diabetes melitus ditambah dengan pemeriksaan kadar HbA1c.

Kepatuhan melakukan pemeriksaan laboratorium biasanya dipengaruhi oleh faktor sumber daya yang dimiliki oleh masing-masing penderita, akan tetapi faktor lain yang cukup penting adalah faktor kedisiplinan dan kesadaran diri. Rutinitas pemeriksaan kadar glukosa darah di laboratorium sangat berguna untuk mengontrol

secara pasti kadar glukosa darah yang dapat berfluktuasi dari hari ke hari bahkan dari jam ke jam dapat berubah setiap saat tergantung dari aktifitas dan pola makan yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus. Pemeriksaan laboratorium untuk diagnosis dan pemantauan pengobatan diabetes melitus adalah kadar glukosa darah, dan HbA1c (hemoglobin glikat) ((Wibowo, et al., 2019). Pengukuran HbA1c adalah cara yang paling akurat untuk menentukan tingginya kadar glukosa darah selama dua sampai tiga bulan terakhir. HbA1c juga merupakan pemeriksaan tunggal terbaik untuk menilai risiko terhadap kerusakan jaringan yang disebabkan oleh tingginya kadar glukosa darah (Utomo, et al., 2015).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Sapnita (2016) tentang "Hubungan Pola Hidup Masyarakat Terhadap Pencegahan Diabetes Mellitus Di Dusun Serba Guna Desa Karang Rejo Stabat Kabupaten Langkat ", didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pola hidup masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus (Sapnita, 2016)

Dan dari hasil penelitian di Lampung menemukan bahwa pola makan berhubungan erat dengan kadar HbA1c ($p<0,05$), pada pasien yang memiliki pola makan teratur sesuai dengan anjuran diet pasien diabetes melitus tipe 2, maka akan memiliki kadar HbA1c yang terkendali (Putra, 2016)

Penanganan dan pencegahan pada penyakit diabetes melitus ini salah satunya dengan pemeriksaan laboratorium yang teratur. Untuk melihat keberhasilan dari kegiatan Prolanis dan penerapan pola hidup yang sehat penderita diabetes melitus

anggota klub Prolanis Puskesmas Kota Sukabumi maka dilakukan pemeriksaan kadar glukosa darah dan kadar HbA1c.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik melakukan penelitian tentang **“** Hubungan Pola Hidup Dengan Kadar Glukosa Darah dan Kadar HbA1c Pada Penderita Diabetes Melitus Anggota Klub Prolanis Di Puskesmas Kota Sukabumi”**.**

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara pola hidup dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus anggota klub Prolanis di Puskesmas Kota Sukabumi?
2. Apakah terdapat hubungan antara pola hidup dengan kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus anggota klub Prolanis di Puskesmas Kota Sukabumi?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pola hidup dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus anggota klub Prolanis di Puskesmas Kota Sukabumi.

2 Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pola hidup dengan kadar HbA1c pada penderita diabetes melitus anggota klub Prolanis di Puskesmas Kota Sukabumi.

1.4 Manfaat Penelitian

Dengan dilakukannnya penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya mengendalikan kadar glukosa darah dan kadar HbA1c dengan pemeriksaan laboratorium yang terkontrol dan pola hidup yang teratur.