

**Buku Ujian Skripsi**



**PENGARUH GAYA HIDUP DAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP  
KEJADIAN DIABETES MELITUS RSU UKI PERIODE FEBRUARI-MARET  
2017**

**Diajukan Ke Fakultas Kedokteran UKI Sebagai Pemenuhan  
Salah Satu Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh:**

**Novaldo Suryo Baskoro**

**1361050069**

**Program Studi Kedokteran**

**Fakultas Kedokteran**

**Universitas Kristen Indonesia**

**2017**

**Pengaruh Gaya Hidup dan Tingkat Pengetahuan terhadap Kejadian Diabetes**

**Melitus Pasien RSUD UKI Periode Februari-Maret 2017**

Diajukan Ke Fakultas Kedokteran UKI Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat

Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran

Disusun Oleh:

Novaldo Suryo Baskoro

1361050069

Telah Disetujui Oleh Pembimbing

(Dr. dr. Demak Lumban Tobing, Sp.PK)

NIP: 1954 11 29 1985 03001

Mengetahui:

(Prof. Dra. Rondang R. Soegianto, M.Sc, Ph.D)

Ketua Tim Skripsi

NIP: 991460

## Pernyataan Mahasiswa

Nama Mahasiswa : Novaldo Suryo Baskoro

NIM : 1361050069

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi berjudul **Pengaruh Gaya Hidup dan Tingkat Pengetahuan terhadap Kejadian Diabetes Melitus Pasien RSUD UKI** adalah betul-betul karya sendiri. Hal- hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut telah diberi tanda *citation* dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Jakarta,

Yang membuat pernyataan,

Novaldo Suryo Baskoro

Nim : 1361050069

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Gaya Hidup dan Tingkat Pengetahuan terhadap Kejadian Diabetes Melitus di RSUD UKI Periode Februari-Maret 2017”** ini dapat terselesaikan. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran. Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan kesulitan, namun dengan doa, semangat, bimbingan dan dorongan pihak- pihak yang membantu penulis, akhirnya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis berupaya semaksimal mungkin agar dapat memenuhi harapan semua pihak, namun penulis menyadari tentunya masih banyak kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini yang dikarenakan keterbatasan kemampuan penulis.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang terlibat dalam pembuatan skripsi ini. Ucapan terimakasih ini penulis sampaikan kepada :

1. dr. Marwito Wijayanto, M.Biomed, AIFM selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta.
2. Prof. Dra. Rondang R. Soegianto, M.Sc, PhD selaku ketua tim P3M FK UKI.

3. Dr. dr. Demak Lumban Tobing, Sp.PK selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan, ilmu, motivasi serta dukungannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Lusia Sri Sunarti, M.S, selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu dalam segala urusan akademik selama masa kuliah di FK UKI.
5. Dr. Sudung S.H. Nainggolan, MH.Sc yang tela selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga, memberikan banyak bantuan serta kesabaran dalam membimbing penulis selama pembuatan karya tulis ini.
6. Orang tua tercinta, Sasongko Mudo Tjahjono dan Pudji Hastuti yang telah membesarkan, mendidik, dan memberikan motivasi selalu pada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Saudara kandung tersayang, dr. Yudha Adhi Priyanto dan Bonnie Wirawan, yang membimbing dan memberi motivasi pada penulis selama proses penulisan skripsi
8. Varianto Ariowibowo rekan satu dosen pembimbing, yang telah sangat membantu saya dalam proses penyusunan skripsi.
9. Sahabat-sahabat terkasih Angel Indicasari Tarigan, Maria F. Silaban, Sarah R. Manurung, Abraham Albert, Dwijudio, Ridwan Nugraha, Ahmad Ari Ibrahim, Ahmad Haris Setyawan, Jacky Harianto dan Tofan Nur Cahyadi yang telah memberikan semangat kepada penulis selama menyelesaikan studi, terima kasih atas bantuan dan dukungannya.
10. Teman-teman FK UKI angkatan 2013 dan teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan kepada penulis selama menyelesaikan studi, terima kasih persahabatannya.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan berkat yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, saran dan kritik yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhir kata, semoga skripsi ini memberikan banyak manfaat, khususnya bagi penulis dan umumnya bagi kita semua dalam rangka memperbaiki mutu kesehatan untuk kesejahteraan bersama.

Jakarta, 05 April 2017

Penulis,

Novaldo Suryo Baskoro

1361050069

# DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiv
<b>ABSTRAK</b> .....	xvi
<b>BAB I</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Rumusan Masalah</b> .....	2
<b>1.3 Tujuan Penelitian</b> .....	2
1.3.1 Tujuan Umum .....	2
1.3.2 Tujuan Khusus .....	2
<b>1.4 Manfaat Penelitian</b> .....	2
<b>BAB II</b> .....	3
<b>2.1 Diabetes Melitus</b> .....	3
2.1.1 Diabetes Melitus Tipe 1 .....	4
A. Definisi .....	4
B. Etiologi .....	4
2.1.2 Diabetes Melitus Tipe 2 .....	8
A. Definisi .....	8
B. Faktor Risiko .....	8
<b>2.2 Pengaturan Metabolisme glukosa oleh insulin.</b> .....	9
<b>2.3 Epidemiologi Diabetes Melitus</b> .....	10
2.3.1 Epidemiologi Diabetes Melitus di Dunia.....	10
2.3.2 Epidemiologi Diabetes Melitus di Indonesia .....	10
<b>2.4 Gaya Hidup</b> .....	12
2.4.1 Definisi Gaya Hidup .....	12
2.4.2 Gaya Hidup Sehat .....	12

2.4.3	Indikator Gaya Hidup Sehat Menurut Becker dalam Notoatmodjo (2007) .....	13
A.	Makan dengan Menu Seimbang ( <i>appropriate diet</i> ).....	13
B.	Olahraga Teratur.....	14
C.	Tidak Merokok .....	14
D.	Tidak Minum-Minuman Keras dan Menggunakan Narkoba.....	14
E.	Istirahat yang Cukup.....	14
F.	Mengendalikan Stress.....	14
G.	Perilaku atau Gaya Hidup Sehat Lainnya yang Positif Bagi Kesehatan.....	15
2.4.4	Indikator Gaya Hidup Sehat Skala Nasional (Depkes) .....	15
A.	Perilaku Tidak Merokok.....	15
B.	Pola Makan Seimbang .....	15
a.	Zat Gizi Seimbang.....	16
C.	Aktivitas Fisik yang Teratur .....	18
<b>2.5</b>	<b>Pendidikan</b> .....	<b>19</b>
<b>2.6</b>	<b>Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Diabetes</b> .....	<b>20</b>
<b>2.7</b>	<b>Kerangka Konseptual</b> .....	<b>23</b>
2.7.1	Kerangka Teori .....	23
2.7.2	Kerangka Konsep.....	24
<b>BAB III</b>	.....	<b>25</b>
<b>3.1</b>	<b>Desain Penelitian</b> .....	<b>25</b>
<b>3.2</b>	<b>Tempat dan Waktu Penelitian</b> .....	<b>25</b>
<b>3.3</b>	<b>Populasi dan Sampel</b> .....	<b>25</b>
3.3.1	Populasi.....	25
3.3.2	Sampel.....	25
<b>3.4</b>	<b>Etika Penelitian</b> .....	<b>26</b>
<b>3.5</b>	<b>Kriteria Inklusi dan Eksklusi</b> .....	<b>27</b>
3.5.1	Kriteria Inklusi .....	27
3.5.2	Kriteria Eksklusi .....	27
<b>3.6</b>	<b>Instrumen Penelitian</b> .....	<b>27</b>
<b>3.7</b>	<b>Metode Pengumpulan Data</b> .....	<b>28</b>
<b>3.8</b>	<b>Teknik Pengolahan dan Analisis Data</b> .....	<b>31</b>
<b>3.9</b>	<b>Definisi Operasional</b> .....	<b>32</b>
<b>BAB IV</b>	.....	<b>34</b>



<b>4.1 Hasil Penelitian</b> .....	34
4.1.1 Deskripsi Tempat Penelitian .....	34
4.1.2 Deskripsi Responden Penelitian.....	34
A. Kadar Gula Darah.....	35
B. Jenis Kelamin .....	35
C. Riwayat Keluarga .....	36
D. Usia.....	36
E. Pekerjaan .....	37
F. Gaya Hidup.....	37
G. Tingkat Pengetahuan .....	39
<b>4.2 Pembahasan</b> .....	39
4.2.1 Analisa Reliabilitas .....	39
4.2.2 Karakteristik Responden .....	40
A. Kadar Gula Darah.....	40
B. Jenis Kelamin .....	41
C. Riwayat Diabetes Keluarga .....	41
D. Usia Responden.....	41
E. Pekerjaan Responden.....	42
F. Gaya Hidup.....	42
G. Tingkat Pengetahuan .....	43
<b>BAB V</b> .....	44
<b>5.1 Kesimpulan</b> .....	44
<b>5.2 Saran</b> .....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	46
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	50
<b>LAMPIRAN</b> .....	51

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1	Klasifikasi Aktivitas Fisik..... 19
Tabel 4.1	Nilai rata-rata kadar gula responden..... 35
Tabel 4.2	Distribusi jenis kelamin responden penelitian..... 35
Tabel 4.3	Riwayat Diabetes Keluarga Responden..... 36
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia..... 36
Tabel 4.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan..... 37
Tabel 4.6	Karakteristik Gaya Hidup Responden..... 37
Tabel 4.6.1	Penilaian aktivitas fisik responden..... 38
Tabel 4.6.2	Penilaian pola makan responden..... 38
Tabel 4.7	Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Diabetes Melitus..... 39
Tabel 4.8	Hasil Uji Reliabilitas..... 40

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Hubungan Antara Paparan Antigen Lingkungan dengan Kejadian DM Tipe 1.....	6
Gambar 2.2 Proporsi Diabetes Melitus pada Penduduk Usia $\geq 15$ Tahun.....	11
Gambar 2.3 Segitiga Gizi Seimbang.....	13

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Kerangka Teori Penelitian.....	23
Bagan 2.2	Kerangka Konsep Penelitian .....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Lembar <i>Informed Consent</i> .....	51
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	52
Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	56
Lampiran 4 Surat Perijinan Penelitian Dari RSUD UKI.....	57

## DAFTAR SINGKATAN

1. ADA : *American Diabetes Association*
2. CVB : *Coxsackie Virus type B*
3. Depkes : Departemen Kesehatan
4. DM : Diabetes Melitus
5. GD2PP : Gula Darah 2 Jam Post-Prandial
6. GDP : Gula Darah Puasa
7. GDPT : Gula Darah Puasa Terganggu
8. HEV : *Human Enterovirus*
9. HLA : *Human Leukocyte Antigen*
10. IDF : *International Diabetes Federation*
11. IGT : *Impaired Glucose Tolerance*
12. IMT : Indeks Massa Tubuh
13. iNKT : *invariant Natural Killer Cells*
14. NOD : *Non-Obese Diabetic*
15. PAD : *Peripheral Arterial Disease*
16. PCOS : *Polycystic Ovary Syndrome*
17. PJK : Penyakit Jantung Koroner
18. POP : Pollutan Organik Persisten
19. SKRT : Survei Kesehatan Rumah Tangga
20. T2D : *Type 2 Diabetes*
21. TGT : Toleransi Glukosa Terganggu

- 22. Treg : *Regulatory T-cells*
- 23. WHO : *World Health Organization*

## **ABSTRAK**

Diabetes Melitus, atau lebih dikenal penyakit kencing manis, merupakan sindrom kronik gangguan metabolisme akibat ketidakcukupan sekresi insulin atau resistensi insulin. Penyakit ini bersifat kronis dan setiap tahun jumlah penderita diabetes melitus makin meningkat. Menurut data Riskesdas pada tahun 2013 jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia sudah mencapai 12 juta penduduk, meningkat hampir dua kali lipat dibandingkan pada tahun 2007. Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari tahu pengaruh gaya hidup yang berisiko dan tingkat pengetahuan terhadap kejadian diabetes melitus di RSUD UKI. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat. Hasil analisis univariat menunjukkan sebanyak 18 orang (34,6%) memiliki gaya hidup yang buruk, 15 orang (28,9%) memiliki gaya hidup yang berisiko, dan sebanyak 45 orang (86,6%) memiliki pengetahuan tentang diabetes melitus yang cukup baik. Diharapkan bagi responden untuk memperbaiki gaya hidupnya, mulai dari pola makan dan aktivitas fisik, dan memperbanyak pengetahuannya tentang diabetes melitus agar dapat mengurangi risikonya.

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus, Gaya Hidup, Pengetahuan, Pola Makan, Aktivitas Fisik

## **ABSTRACT**

Diabetes Melitus is a chronic metabolic disorder syndrome due to insufficient secretion of insulin or insulin resistance. This disease is a chronic and every year the number of people with diabetes melitus is increasing. According to Riskesdas in 2013 the number of people with diabetes melitus in Indonesia has reached 12 million, an increase of almost double than in 2007. The aim of this study was to find out the influence of lifestyle risk and the level of knowledge on the incidence of diabetes melitus in UKI General Hospital. Analysis of the data used is the univariate analysis. Results of univariate analysis showed as many as 18 people (34.6%) had a bad lifestyle, 15 (28.9%) have a risky lifestyle, and as many as 45 people (86.6%) have sufficient knowledge about diabetes melitus. Expected for the respondents to improve their lifestyle, from diet and physical activity, and extend their knowledge of diabetes melitus in order to reduce the risk.

**Keyword:** Diabetes Melitus, Lifestyle, Knowledge, Diet, Physical Activity