

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SKRIPSI, AGUSTUS 2026**

RALDI TRI PUTRA

Ns. FATSIWI NUNIK ANDARI, S. Kep., M. Kep

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU**

xvi + 68 halaman, 12 tabel, 2 gambar, 17 lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu yang mencatat 273 kasus pada tahun 2024. Status gizi dan kebiasaan merokok diduga berhubungan dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan observasional analitik dan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 78 orang dari populasi 346 pasien. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Diabetes Quality of Life* (DQoL), kuesioner kebiasaan merokok, dan pengukuran antropometri (IMT), kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 61-77 tahun (47,4%), berjenis kelamin perempuan (64,1%), dan berpendidikan Sekolah Dasar (43,6%). Status gizi responden didominasi kategori obesitas (34,6%), sebagian besar tidak merokok (83,3%), dan lebih dari separuh memiliki kualitas hidup rendah (56,4%). Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup ($p\ 0,002 < 0,05$) dan antara kebiasaan merokok dengan kualitas hidup ($p\ 0,025 < 0,05$). Disimpulkan bahwa status gizi dan kebiasaan merokok berhubungan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2, sehingga diperlukan intervensi gizi dan program berhenti merokok untuk meningkatkan kualitas hidup pasien di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

Kata Kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Kualitas Hidup

Daftar Bacaan: 50 (2017 – 2026)

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
THESIS, AUGUST 31, 2026**

RALDI TRI PUTRA

Ns. FATSIWI NUNIK ANDARI, S.Kep., M.Kep.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND SMOKING
HABITS WITH QUALITY OF LIFE AMONG PATIENTS WITH TYPE 2
DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF SAWAH LEBAR
PUBLIC HEALTH CENTER, BENGKULU CITY**

xviii + 51 pages, 7 tables, 3 figures, 14 appendices

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a non-communicable disease with an increasing prevalence, including in the working area of Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City, which recorded 273 cases in 2024. Nutritional status and smoking habits are presumed to be associated with the quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus.

This study aims to determine the relationship between nutritional status and smoking habits and the quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City.

This study employed a quantitative approach with an analytical observational design and a cross-sectional approach. The sample consisted of 78 respondents from a population of 346 patients. Data were collected using the Diabetes Quality of Life (DQoL) questionnaire, a smoking habits questionnaire, and anthropometric measurements based on Body Mass Index (BMI). The data were then analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-square test.

The results showed that the majority of respondents were aged 61–77 years (47.4%), female (64.1%), and had completed elementary school education (43.6%). The respondents' nutritional status was predominantly classified as obese (34.6%), most respondents were non-smokers (83.3%), and more than half had a low quality of life (56.4%). Statistical analysis showed a significant relationship between nutritional status and quality of life ($p < 0.05$), as well as between smoking habits and quality of life ($p < 0.05$).

It can be concluded that nutritional status and smoking habits are associated with the quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus. Therefore, nutritional interventions and smoking cessation programs are needed to improve the quality of life of patients in the working area of Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, Nutritional Status, Smoking Habits, Quality of Life

References: 50 (2017–2026)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus tipe 2 menjadi masalah kesehatan dunia karena prevalensi dan insiden penyakit ini terus meningkat, baik di negara industri maupun negara berkembang (Decroli, 2022). *World Health Organization* melaporkan diabetes melitus sebagai salah satu dari 10 penyebab utama kematian di dunia, dengan mayoritas kasusnya diabetes melitus tipe 2 (WHO, 2024). Senada dengan hal tersebut, *International Diabetes Federation* tahun 2024 mencatat diabetes tipe 2 mencakup 90% dari semua kasus diabetes global, sekitar 589 juta orang dewasa hidup dengan diabetes, dan menyebabkan 3,4 juta kematian. *International Diabetes Federation* tahun 2025 juga melaporkan bahwa 11,1% atau 1 dari 9 populasi dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes, dengan lebih dari 4 dari 10 orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut (IDF, 2025).

Prevalensi diabetes melitus tipe 2 di Indonesia pada tahun 2024 sebesar 11,3% dari 185.217.400 penduduk dewasa atau sebanyak 20.426.400 orang dewasa mengalami diabetes (IDF, 2025). Hasil ini sejalan Survei Kesehatan Indonesia, prevalensi diabetes nasional mencapai 1,7% berdasarkan diagnosis dokter untuk semua umur. Selanjutnya tahun 2024, jumlah penderita meningkat menjadi 20,4 juta jiwa (sekitar 11,3% dari total populasi dewasa usia 20-79 tahun). Tahun 2025, meskipun data final belum dirilis sepenuhnya, proyeksi nasional menunjukkan angka ini akan terus bertambah. Sebagai gambaran jangka panjang, penderita diabetes di Indonesia diprediksi melonjak hingga

28,6 juta orang pada tahun 2045 jika tidak ada intervensi gaya hidup yang masif (Kemenkes, 2025).

Berdasarkan dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu dan laporan profil kesehatan daerah, kasus diabetes melitus di Provinsi Bengkulu menunjukkan tahun 2023 tercatat sebanyak 4.817 kasus. Sedangkan tahun 2024 sebanyak 3.334 orang tercatat sebagai penderita diabetes melitus, dengan prevalensi 1,28%. Untuk data diabetes melitus tertinggi tahun 2024 ada di Kota Bengkulu sebanyak 2.691 orang (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2024).

Diabetes melitus di Kota Bengkulu tahun 2024 sebanyak 2.691 kasus, dimana kasus tertinggi berada di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar (273 kasus), diikuti Puskesmas Sukamerindu (257 kasus), Puskesmas Anggut Atas (201 kasus), sementara kasus terendah terdapat di Puskesmas Bentiring (59 kasus) (Dinkes Kota Bengkulu, 2024).

Penelitian ini terhadap diabetes melitus tipe 2, tidak tipe lain (seperti Tipe 1, Gestasional, atau tipe spesifik lain) karena prevalensinya yang sangat tinggi, beban penyakit yang besar terhadap masyarakat, dan sifatnya yang dapat dicegah melalui intervensi gaya hidup. Menurut Deshmene dan Muley (2024), kasus diabetes melitus tipe 2 memerlukan perhatian khusus dalam upaya pengendalian penyakit, karena kondisi ini tidak hanya berdampak pada meningkatnya beban biaya kesehatan, tetapi juga menurunkan produktivitas dan kualitas hidup penderita diabetes dalam jangka panjang. Wulang et al. (2025) menemukan bahwa diabetes melitus tipe 2 berhubungan dengan kualitas hidup, dan menjadi salah satu indikator penting dalam menilai keberhasilan pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

Kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya status gizi. Status gizi yang tidak normal, baik gizi lebih maupun gizi kurang, berhubungan dengan peningkatan risiko komplikasi dan penurunan fungsi fisik (Moraes et al., 2025; Nurhidayati et al., 2021). Obesitas sebagai salah satu faktor risiko utama diabetes melitus tipe 2 terbukti berkorelasi dengan penurunan kualitas hidup, terutama pada aspek mobilitas dan aktivitas sehari-hari (Sourij et al., 2025). Sementara itu, status gizi yang baik berperan dalam menjaga keseimbangan metabolik dan mendukung kualitas hidup yang lebih optimal (Park et al., 2022).

Faktor lain yang turut memengaruhi kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 adalah kebiasaan merokok. Merokok diketahui dapat memperburuk resistensi insulin, meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular, serta mempercepat terjadinya komplikasi mikro vaskular pada penderita diabetes (Sourij et al., 2025). Penelitian Dehesh et al. (2019) menemukan bahwa penderita diabetes melitus tipe 2 yang memiliki kebiasaan merokok cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak merokok, terutama pada aspek kesehatan fisik dan fungsi sosial.

Berdasarkan data Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu pada tahun 2025 diketahui jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 sebanyak 346 orang (Puskesmas Sawah Lebar, 2026). Selanjutnya peneliti melakukan observasi awal pada tanggal 2 Februari 2026 terhadap 6 pasien (4 laki-laki dan 2 perempuan) penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Berdasarkan pengamatan, 3 pasien terlihat

gemuk, 4 pasien (laki-laki) masih mempertahankan kebiasaan merokok meskipun telah didiagnosis menderita diabetes, 3 pasien mengeluhkan keterbatasan aktivitas fisik, cepat merasa lelah, serta kekhawatiran terhadap kondisi kesehatannya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 masih menjadi permasalahan yang perlu mendapat perhatian.

Dapat dikatakan bahwa diabetes melitus tipe 2 merupakan masalah kesehatan yang kompleks dan berdampak luas terhadap kualitas hidup penderita. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengetahui hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

1.2 Identifikasi Masalah

Tingginya jumlah kasus diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu menunjukkan perlunya perhatian khusus. Hasil observasi awal juga mengungkap bahwa terdapat pasien dengan status gizi tidak normal, dan masih mempertahankan kebiasaan merokok meskipun telah didiagnosis menderita diabetes. Kondisi tersebut berdampak pada keterbatasan aktivitas fisik, cepat lelah, dan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan yang memengaruhi kehidupan sehari-hari, sehingga kualitas hidup pasien cenderung menurun.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Subjek penelitian

adalah pasien diabetes melitus tipe 2 yang terdaftar dan/atau mendapatkan pelayanan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dapat di rumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut: Apakah status gizi dan kebiasaan merokok berhubungan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum penelitian adalah untuk diketahui hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi karakteristik demografi pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
2. Diketahui distribusi frekuensi status gizi, kebiasaan merokok, dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
3. Diketahui hubungan status gizi dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.
4. Diketahui hubungan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah di bidang keperawatan komunitas, khususnya hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Sawah Lebar Kota Bengkulu

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan dasar perencanaan program promotif dan preventif, khususnya edukasi gizi, pengendalian kebiasaan merokok, serta upaya peningkatan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan pendampingan yang lebih terarah mengenai pengelolaan status gizi, dan penghentian kebiasaan merokok sebagai bagian dari pengendalian diabetes melitus tipe 2.

3. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien mengenai pentingnya menjaga status gizi yang optimal, serta menghentikan kebiasaan merokok guna meningkatkan kualitas hidup dan mencegah komplikasi.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa dan akademisi, khususnya dalam bidang kesehatan, gizi, dan keperawatan, serta sebagai rujukan dalam penelitian sejenis di masa mendatang.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan dasar dan pembanding bagi penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel lain atau menggunakan desain penelitian yang berbeda untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan status gizi dan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

1.7 Keaslian Penelitian

Berikut disajikan beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki kemiripan dengan penelitian yang dilakukan saat ini.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
(Pinaria et al., 2023)	Hubungan antara Kebiasaan Merokok, Konsumsi Alkohol dan Faktor Sosiodemografis dengan Kualitas Hidup Remaja di Kabupaten Minahasa Utara	Tidak ada hubungan antara usia, jenis kelamin, dan kebiasaan konsumsi alkohol dengan kualitas hidup remaja, namun, terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dan kualitas hidup remaja di Minahasa Utara.	Subjek penelitian adalah remaja, tidak fokus pada penderita diabetes melitus tipe 2, serta tidak meneliti status gizi	Sama-sama meneliti kebiasaan merokok dan kualitas hidup
(Nursilmi et al., 2017)	Hubungan Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Kesehatan dengan	Status gizi dan kualitas hidup lansia dipengaruhi oleh usia, pola makan, aktivitas fisik, serta kondisi sosial ekonomi. Lansia yang lebih muda, memiliki pola makan teratur, status gizi normal,	Subjek penelitian adalah lansia umum, bukan pasien diabetes melitus tipe 2, serta menambahkan	Sama-sama meneliti status gizi, dan kualitas hidup

Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
	Kualitas Hidup Lansia di Dua Lokasi Berbeda	aktif secara fisik, dan kondisi sosial ekonomi yang baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Faktor penentu utama kualitas hidup berbeda antar desa, yaitu kebiasaan sarapan di Desa Ciherang serta usia, jenis kelamin, dan status gizi di Desa Jambu.	variabel aktivitas fisik dan sosial ekonomi	
(Nurhidayati et al., 2021)	Status Gizi Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Jogonalan I	Hasil penelitian menunjukkan status gizi kurang 30,8%, normal 35,3%, lebih 33,8% dan kualitas hidup buruk 52,6%, kualitas hidup baik 47,4%. Adanya hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup pada lansia di Puskesmas Jogonalan I ($p < 0,000 < 0,05$).	Fokus hanya pada status gizi dan lansia, tidak mengkaji kebiasaan merokok serta bukan pada pasien diabetes	Sama-sama meneliti hubungan status gizi dengan kualitas hidup
(Rasyid, 2024)	Hubungan Sosiokultural dan Gaya Hidup dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Masyarakat Pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Barombong Kota Makassar	Terdapat hubungan antara dukungan keluarga, dukungan sosial, spiritual, pola makan, aktivitas fisik dan status merokok dengan kualitas hidup penderita hipertensi masyarakat pesisir. Masyarakat pesisir yang menderita hipertensi selalu diberikan dukungan keluarga, dukungan sosial, spiritual tinggi, pola makan baik, aktivitas fisik tinggi dan tidak merokok dapat meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi.	Subjek penelitian penderita hipertensi, bukan diabetes melitus tipe 2, serta memasukkan faktor sosiokultural dan dukungan sosial	Sama-sama mengkaji kebiasaan merokok, dan kualitas hidup
(Nerita et al., 2023)	Hubungan Pola Makan, Kebiasaan Olahraga dan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia	Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel pola makan, kebiasaan olahraga dan dukungan keluarga berhubungan dengan kualitas hidup lansia.	Subjek penelitian lansia dan menambahkan variabel olahraga serta dukungan keluarga	Sama-sama meneliti kualitas hidup
(Latampung, 2025)	Hubungan Gaya Hidup dan Modal Sosial Terhadap	Terdapat hubungan antara kualitas hidup dengan aktivitas fisik, merokok, stres, pola makan,	Menambahkan variabel modal sosial dan aktivitas fisik,	Sama-sama meneliti pasien diabetes

Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
	Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Barombong Kota Makassar	jaringan sosial, dukungan sosial, norma sosial, sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan kualitas hidup adalah obesitas, dan kepercayaan.	serta menemukan obesitas tidak berhubungan dengan kualitas hidup	melitus tipe 2 serta variabel kebiasaan merokok

