

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut WHO (2023) diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu dapat menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (PERKENI, 2021). Menurut Ekasari & Dhanny (2022) diabetes merupakan penyakit metabolik dengan karakteristik memiliki kadar glukosa darah yang tinggi (hiperglikemik) terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin ataupun keduanya. Kejadian diabetes mellitus dari tahun ketahun mengalami peningkatan salah satu faktor pencetusnya adalah pola hidup yang sudah tidak sehat lagi.

Menurut WHO (2023) sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, sebagian besar tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian disebabkan langsung oleh diabetes setiap tahunnya. Prevalensi diabetes di Asia tercatat lebih dari 60%, hampir setengahnya berada di Tiongkok dan India jika digabungkan. Serta di wilayah Pasifik Barat merupakan wilayah terpadat di dunia, tercatat memiliki lebih dari 138,2 juta penderita diabetes, dan jumlahnya mungkin meningkat menjadi 201,8 juta pada tahun 2035 (Nanditha et al., 2016).

Di Indonesia prevalensi diabetes mellitus berdasarkan diagnosis dokter tahun 2018 tercatat sebanyak 1.017.290 (1,5 %), pada kelompok umur 25-34 (0,22%), 35-44 (1,08%), 45-54 (3,88%), 55-64 (6,29%), 65-74 (6,03%), serta kelompok umur 75 + sebesar (3,32%). Jenis kelamin laki-laki sebesar 1,21% dan perempuan sebesar 1,78% (Kemenkes RI, 2018).

Di Provinsi Jawa Barat prevalensi diabetes mellitus berdasarkan diagnosis dokter tahun 2018 tercatat sebanyak 73.286 (1,28 %), pada kelompok umur 25-34 (0,25%), 35-44 (0,80%), 45-54 (3,32%), 55-64 (5,65%), 65-74 (5,41%), serta kelompok umur 75 + sebesar 3,23%. Jenis kelamin laki-laki sebesar 1,01% dan perempuan sebesar 1,55% (Kemenkes RI, 2018).

Di unit rawat jalan RS. dr. Abdul Radjak Purwakarta tahun 2022 tercatat sebanyak 5.655 pasien, terdiri dari 1.977 (35,96%) berjenis kelamin laki-laki dan 3.678 (63,04%) berjenis kelamin perempuan. Tahun 2023 tercatat sebanyak 7.907 pasien, terdiri dari 2.728 (34,5%) berjenis kelamin laki-laki dan 5.179 (65,5%) berjenis kelamin perempuan. Khusus poliklinik penyakit dalam pada tahun 2023 tercatat sebanyak 1.768 pasien, 564 orang pasien diantaranya dengan diagnose diabetes mellitus (Rekam Medik RS Abdul Radjak, 2023). Dengan semakin banyaknya penderita diabetes mellitus di perparah dengan pola hidup yang tidak sehat sehingga menyebabkan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tidak terkontrol.

Kadar glukosa dalam darah disebut sebagai glukosa, menurut (WHO, 2023) konsentrasi glukosa darah puasa normal adalah antara 70 mg/dL (3,9 mmol/L) dan 100 mg/dL (5,6 mmol/L). Konsentrasi Glukosa, juga dikenal sebagai kadar glukosa serum, dikontrol secara ketat didalam tubuh. Sumber energi utama bagi sel-sel tubuh adalah glukosa yang mengalir melalui darah (Setiawan et al., 2020). Pasien dengan diabetes mellitus erat kaitannya dengan kadar gula darah yang tidak terkontrol, untuk mengontrol kadar gula darah suatu hal yang dilakukan adalah dengan melakukan aktifitas fisik secara rutin.

WHO (2022) mendefinisikan aktivitas fisik sebagai setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik adalah semua gerakan yang meningkatkan penggunaan energi dan merupakan bagian penting dari manajemen diabetes (ADA, 2022). Pendapat lain menyatakan bahwa aktivitas fisik mencakup semua gerakan yang meningkatkan penggunaan

energi, sedangkan olahraga merupakan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur (Colberg et al., 2016)

Aktivitas fisik pada diabetes akan menimbulkan perubahan metabolik. Pada aktivitas fisik akan terjadi peningkatan aliran darah, menyebabkan lebih banyak jala-jala kapiler terbuka hingga lebih banyak tersedia reseptor insulin dan reseptor menjadi lebih aktif (Setiati, 2019). Penelitian Ekasari & Dhanny (2022) tentang faktor yang mempengaruhi kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe II usia 46-65 tahun di Kabupaten Wakatobi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres, aktivitas fisik dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe II.

Penelitian Sundayana (2021) tentang penurunan kadar gula darah pasien DM tipe 2 dengan aktivitas fisik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2. Berdasarkan dua penelitian tersebut penulis mempunyai asumsi bahwa aktifitas fisik mampu menurunkan kadar gula darah dengan catatan dilakukan teratur dengan menjaga asupan nutrisinya.

Penulis melakukan studi pendahuluan mengambil sampling dengan wawancara pada 10 pasien di poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta pada tanggal 25 Januari 2024. Didapatkan hasil sebanyak 4 orang (40%) melakukan latihan fisik secara rutin, sebanyak 3 orang (30%) melakukan latihan fisik namun dilakukan tidak secara rutin, dan sebanyak 3 orang (30%) tidak pernah melakukan latihan fisik. Pada Saat dilakukan cek gula darah pada 10 pasien tersebut didapatkan Ny. A melakukan Latihan fisik secara rutin GDS pada saat dikaji : 319, Tn S melakukan Latihan fisik secara rutin GDS pada saat dikaji : 207, Ny I melakukan Latihan fisik secara rutin GDS pada saat dikaji : 169, Ny I melakukan Latihan fisik namun dilakukan tidak secara rutin GDS pada saat dikaji : 242, Tn K tidak pernah melakukan Latihan fisik GDS pada saat dikaji : 268, Ny A melakukan latihan fisik secara rutin GDS pada saat dikaji : 252, Tn F tidak pernah melakukan Latihan fisik GDS pada saat dikaji : 335, Tn A melakukan Latihan fisik namun dilakukan tidak

secara rutin GDS pada saat dikaji : 286, Ny E melakukan Latihan fisik namun dilakukan tidak secara rutin GDS pada saat dikaji : 184, Tn F tidak pernah melakukan latihan fisik GDS pada saat dikaji : 331. Pasien mengatakan setelah melakukan latihan fisik dengan dilakukan secara teratur tubuhnya tampak lebih segar dan pada saat dicek dilaboratorium kadar gula darahnya membaik dan tidak naik drastis lagi.

Studi pendahuluan yang penulis lakukan pada tanggal 12 Februari 2024 terhadap 10 orang pasien. Sebanyak 4 orang pasien (40%) melakukan aktifitas seperti biasanya kadang kala ke kebun atau berangkat bekerja seperti biasa, sebanyak 4 orang (40%) melakukan aktifitas fisik hanya berangkat ke warung atau pergi shalat ke mesjid, serta sebanyak 2 orang (20%) tidak melakukan aktifitas fisik, dalam kesehariannya hanya dihabiskan menonton TV dan pemenuhan kebutuhan dasar saja. Hasil observasi pada catatan rekam medic pasien diabetes mellitus didapatkan hasil sebanyak 5 orang pasien (50%) kadar gula darah < 140 mg/dl, dan sebanyak 3 orang (30%) kadar gula darah antara 140-200 mg/dl, serta sebanyak 2 orang pasien (20%) kadar gula darah > 200 mg/dl.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Poliklinik Penyakit Dalam RS Abdul Radjak Purwakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Konsentrasi kadar gula darah khususnya pada pasien diabetes mellitus sangat mengganggu dalam aktifitas sehari-hari. Aktivitas fisik pada diabetes akan menimbulkan perubahan metabolik. Pada aktivitas fisik akan terjadi peningkatan aliran darah, menyebabkan lebih banyak jala-jala kapiler terbuka hingga lebih banyak tersedia reseptor insulin dan reseptor menjadi lebih aktif (Setiati, 2019). Pasien dengan diabetes mellitus tidak melakukan aktifitas fisik secara rutin berakibat terjadinya peningkatan kadar gula darah.

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran serta menganalisis mengenai hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan.
2. Mengetahui gambaran aktifitas fisik pada pasien diabetes mellitus di poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta.
3. Mengetahui gambaran kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta.
4. Menganalisis hubungan antara aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai tambahan kepustakaan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan medikal bedah terutama mengenai aktifitas fisik dan kadar gula darah pasien.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan dalam membimbing dan menambah pengetahuan mahasiswa tentang hubungan aktifitas fisik dengan

kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus poliklinik penyakit dalam RS Abdul Radjak Purwakarta, selain itu hasil penelitian memberikan tambahan wawasan dan menghasilkan penelitian yang lebih komprehensif.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan rumah sakit untuk meningkatkan pelayanan dan kegiatan aktifitas pasien menjadi agenda rutin disertai pemeriksaan gula darah pada pasien diabetes mellitus.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan teori, informasi dan acuan untuk melakukan penelitian ilmiah di bidang keperawatan, hasil penelitian ini dapat dijadikan penelitian pembanding sehingga dihasilkan suatu penelitian yang lebih baik.