

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan populasi lansia secara global mengalami peningkatan yang sangat pesat. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 1,1 miliar penduduk berusia ≥ 60 tahun, dan jumlah tersebut diperkirakan mencapai 1,4 miliar di tahun 2030. Proyeksi jangka panjang menunjukkan bahwa populasi lansia dunia dapat mencapai 2,1 miliar pada tahun 2050, dengan jumlah individu berusia ≥ 80 tahun diperkirakan mencapai sekitar 426 juta (WHO 2023).

Di Indonesia, Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 melaporkan bahwa jumlah lansia mencapai 22,6 juta jiwa, setara dengan 11,75% dari total penduduk. Pertumbuhan populasi lansia ini turut meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit degeneratif, termasuk gangguan metabolik seperti diabetes melitus (DM), yang sangat berkaitan dengan kadar glukosa darah puasa (BPS, 2023).

Pemantauan glukosa darah memiliki fungsi penting dalam mendeteksi pola perubahan kadar glukosa yang timbul akibat pengaruh pola makan, aktivitas fisik, penggunaan obat, serta proses patologis yang berkaitan dengan gangguan regulasi glukosa, seperti diabetes melitus. Ketidakstabilan kadar glukosa, baik dalam bentuk hiperglikemia maupun hipoglikemia, dapat menimbulkan risiko gangguan akut maupun kronis yang berpotensi mengancam keselamatan penderita (Zubair et al, 2023).

Gula Darah Puasa (GDP) adalah prosedur pemeriksaan glukosa plasma yang dilakukan setelah seseorang tidak mengonsumsi makanan selama sedikitnya 8 jam. Kondisi puasa ini memastikan bahwa tidak terjadi aktivitas pencernaan yang dapat memengaruhi hasil pengukuran (Yusuf, Nafisah, dan Inayah, 2023)

Secara umum, penyakit dapat dialami oleh seluruh kelompok individu tanpa memandang jenis kelamin. Namun, perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi variasi perilaku dalam menjaga kesehatan dan mengatur pola makan. Perempuan, pada banyak kasus, menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap pemantauan dan pemeliharaan kondisi kesehatannya. Selain itu, faktor usia juga memiliki peranan penting dalam menentukan kerentanan seseorang terhadap berbagai penyakit serius. Kelompok lanjut usia cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan berat. Pada diabetes melitus (DM), prevalensi kasus meningkat terutama pada individu yang berada dalam kategori usia rentan tersebut (Nora et al., 2025).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti pola makan, aktivitas sehari-hari, dan kepatuhan terhadap pengobatan sangat berpengaruh terhadap kadar glukosa darah pada lansia. Misalnya, penelitian oleh Yusrina et al. (2024) di UPT PSTW Khusnul Khotimah, Provinsi Riau, sebagian besar lansia tercatat memiliki kadar glukosa darah puasa yang melampaui batas normal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kelompok lansia ini berada pada tingkat risiko yang tinggi untuk berkembangnya diabetes melitus (Agustriana et al., 2025).

Klinik Salamah Jakarta Timur dijadikan sebagai lokasi penelitian karena, klinik memiliki anggota lansia yang secara rutin mengikuti program Lansia Program Pengelolaan Penyakit Kronis untuk meningkatkan kualitas hidup peserta yang dilakukan disetiap bulannya. Program ini melibatkan berbagai kegiatan seperti senam, cek-up kesehatan, konsultasi kesehatan.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti gambaran kadar glukosa darah puasa pada lansia peserta Prolanis menggunakan glukometer di Klinik Salamah Jakarta Timur. Mendeskripsikan hasil berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, dan pola makan pada Lansia Prolanis.

B. Identifikasi Masalah

1. Meningkatnya proporsi lansia secara global dan nasional berdampak pada bertambahnya kasus penyakit degeneratif, termasuk gangguan metabolisme seperti diabetes melitus yang erat kaitannya dengan kadar glukosa darah puasa (GDP).
2. Kadar GDP yang melebihi nilai normal mencerminkan adanya gangguan metabolisme glukosa yang sering terjadi pada lansia, seiring dengan menurunnya sensitivitas insulin dan fungsi pankreas akibat proses penuaan
3. Faktor usia, jenis kelamin, dan aktivitas olahraga berpengaruh terhadap kadar GDP
4. Sebagian besar lansia memiliki GDP abnormal yang dipengaruhi oleh kurangnya aktivitas olahraga, pola makan yang tidak sehat, dan rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan, sebagaimana dibuktikan oleh berbagai penelitian sebelumnya.

C. Pembatasan masalah

1. Penelitian ini akan melibatkan lansia yang terdaftar sebagai peserta aktif dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Klinik Salamah Jakarta Timur
2. Faktor faktor lansia prolanis seperti usia, jenis kelamin, aktifitas olahraga menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan bahwa masalah dalam penelitian ini, Bagaimana gambaran kadar glukosa darah puasa pada Lansia Prolanis menggunakan glukometer di Klinik Salamah Jakarta Timur

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kadar glukosa darah puasa pada Lansia Prolanis

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui glukosa darah puasa Lansia Prolanis berdasarkan jenis kelamin
- b. Mengetahui glukosa darah puasa Prolanis lansia berdasarkan usia
- c. Mengetahui glukosa darah puasa Lansia Prolanis berdasarkan aktifitas olahraga

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan karya ilmiah ini akan meningkatkan wawasan dan referensi tentang kadar glukosa darah puasa pada Lansia Prolanis

2. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini akan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah secara rutin.