

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar. Data dari studi global menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang. Jika tidak ada tindakan yang dilakukan, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030 (IDF.2011). Diabetes melitus telah menjadi penyebab dari 4,6 juta kematian. Selain itu pengeluaran biaya kesehatan untuk diabetes melitus telah mencapai \$465 miliar (IDF.2011). *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan bahwa sebanyak 183 juta orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap DM, sebesar 80% orang dengan DM tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (IDF.2011). Pada tahun 2006, terdapat lebih dari 50 juta orang yang menderita DM di Asia Tenggara. Jumlah penderita DM terbesar berusia antara 40-59 tahun (IDF.2011)

Berdasarkan catatan organisasi kesehatan dunia tahun 1998, Indonesia menduduki peringkat keenam dengan jumlah penderita diabetes terbanyak setelah India, Cina, Rusia, Jepang, dan Brasil. Penderita DM di Indonesia semakin meningkat, hal ini dapat diketahui bahwa pada tahun 1995 terdapat lebih kurang 5 juta penderita DM di Indonesia dengan peningkatan sekitar 230 ribu penderita setiap tahun, sehingga pada tahun 2025 penderita diabetes di Indonesia diperkirakan akan mencapai 12 juta orang. Peningkatan terjadi akibat bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan perubahan gaya hidup, mulai dari pola makan atau jenis makanan yang dikonsumsi sampai berkurangnya kegiatan jasmani. (Zahtamal et al.2007)

Tingginya pendapatan perkapita dan perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar, menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit degenerative salah satunya Diabetes Melitus (DM). (Misdarina.2011)

Di Jawa Barat, pada tahun 2001 terjadi peningkatan jumlah pasien diabetes melitus. Pada tahun 2003 penyakit diabetes melitus di Jawa Barat menempati urutan ke sepuluh. Pada tahun 2007 dari data Riskesdas 2007 diabetes melitus di Jawa Barat

terdapat 19, 811 kasus atau berada di urutan 16 dari semua penyakit yang di rawat jalan di puskesmas. Pada umur 46 sampai 84 tahun dan pada umur 6 sampai 44 tahun angka kejadian diabetes melitus terjadi 8,547 kasus atau berada pada urutan 18 dari 21 kasus. Pada hasil Riskesdas 2007 di Jawa Barat diabetes melitus prevalensinya sama antara laki-laki dengan perempuan. (Riskesdas.2007)

Menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) tahun 2011 terdapat 4 pilar penatalaksanaan diabetes melitus, yaitu ; edukasi, terapi gizi medis, intervensi farmakologis serta latihan jasmani/aktivitas fisik. Aktivitas fisik akan meningkatkan rasa nyaman, baik secara fisik, psikis maupun sosial dan tampak sehat selain itu juga aktivitas fisik dapat mengurangi risiko kejadian kardiovaskular serta meningkatkan harapan hidup. (Rhamadanisa dkk, 2013)

Menurut Yunir dan Soebadri (2009) aktivitas fisik dapat memperbaiki kendali glukosa secara menyeluruh begitu pula menurut Balkau *et al* (2009), pada 13 kota di Eropa disimpulkan bahwa akumulasi aktivitas fisik sehari-hari merupakan faktor utama yang menentukan sensitivitas insulin.

Oleh karena uraian diatas maka peneliti tertarik mengambil judul hubungan aktivitas fisik yang kurang dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada umur 40 sampai 60 tahun

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungannya aktivitas fisik yang kurang dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada umur 40 sampai 60 tahun ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui antara aktivitas fisik yang kurang dengan kadar gula darah sewaktu pasien diabetes melitus tipe 2.

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik yang kurang dengan kadar gula darah sewaktu pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Waled Kabupaten Cirebon

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat untuk ilmu pengetahuan

Dari segi pengembangan ilmu penelitian, tulisan ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi penulis dan bagi orang yang membacanya.

1.4.2 Manfaat untuk pelayanan kesehatan

Menjelaskan bagaimana hubungannya aktivitas fisik terhadap kadar gula darah sewaktu pasien Diabetes melitus tipe 2

1.4.3 Manfaat untuk masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat mengetahui sejauh mana hubungannya aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu terhadap pasien DM tipe 2 pada umur 40 sampai 60 tahun.

1.4.4 Manfaat untuk penelitian

Diharapkan penelitian ini bisa berguna dimasa yang akan datang untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Orisinalitas Penelitian yang Terkait

Tabel 1.1 Daftar Penelitian Terkait

Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil
Ramadhanisa, Larasati, Mayasari. 2013	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar HbA1c Pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Laboratorium Patologi Klinik RSUD dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung	<i>Cross Sectional</i>	Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar HbA1c ($p=0,001$) dengan uji statistik <i>chi-square</i> dengan $\alpha=0,05$
Eko. 2013	Hubungan aktivitas fisik dan istirahat dengan kadar gula darah pasien diabetes melitus rawat jalan RSUD. Prof. DR. Margono Soekardjo	<i>Cross Sectional</i>	Hasil korelasi menunjukkan hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah yaitu $r= 0,749$ dan tingkat signifikan $p=0,000$

Misdarina, Yesi Ariani. 2011	Pengetahuan Diabetes Melitus dengan Kadar Gula Darah pada Pasien DM tipe 2	<i>Cross Sectional</i>	Hasil uji statistik Spearman menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan DM dengan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di RSUP H. Adam Malik Medan. Hubungan ini ditunjukkan dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$)
Rahcmawati. 2010	Hubungan Latihan Jasmani Terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus tipe 2	<i>Cross Sectional</i>	Rerata kadar glukosa darah <i>post</i> latihan jasmani menurun dibanding dengan kelompok <i>pre</i> latihan jasmani (141.02 ± 46.68 vs 27.81 ± 47.93) dan secara statistic bermakna $p < 0.05$) Dengan adanya latihan jasmani, kadar glukosa darah pada pasien DM tipe 2 dapat menurun. Dari penelitian yang didapatkan latihan jasmani dapat menurunkan kadar glukosa darah