BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Insufisiensi fungsi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin oleh sel-sel beta Langerhans kelenjar pankreas, atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin. (Dahlan et al., 2018) Kondisi tersebut dapat menyebabkan berbagai komplikasi kerusakan organ seperti ginjal, mata, saraf, jantung dan peningkatan resiko penyakit kardiovaskuler. Diabetes mellitus tipe 2 adalah penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh akibat resistensi insulin atau produksi insulin yang tidak adekuat. Kondisi ini memengaruhi cara tubuh menggunakan gula (glukosa) sebagai sumber energi. Diabetes mellitus tipe 2 merupakan bentuk diabetes yang paling umum dan biasanya terjadi pada orang dewasa, meskipun dapat juga terjadi pada anak-anak dan remaja. (A'naabawati et al., 2021; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019; Soelistijo, 2021)

Menurut World Health Organization sebesar 95% angka kejadian Diabetes Mellitus tipe 2 paling banyak diderita oleh masyarakat. (Restuastuti & Restila, 2018) Berdasarkan data *International Diabetes Mellitus Federation* (IDF) pada tahun 2021 prevalensi kejadian Diabetes Mellitus sekitar 537 juta orang dewasa di rentang usia (20-79 tahun). Kejadian Diabetes Mellitus diprediksi akan mengalami

peningkatan sebesar 643 juta orang tahun 2030 dan 783 juta orang tahun 2045. Kemudian sebesar 541 juta orang memiliki resiko terkena Diabetes Mellitus tipe 2. (Juwita et al., 2020). Berdasarkan hasil data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di indonesia sebesar 2%. Angka tersebut menunjukkan peningkatan jika dibandingkan dengan prevalensi diabetes mellitus pada hasil Riskesdes 2013 sebesar 1,5% Kemenes (2020). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus di pada tahun 2021 sebanyak 19.47 juta jiwa (Kemenkes RI,2022). Dinas Kesehatan provinsi Jawa Timur melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus di provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 mencapai 929.535 kasus. Dari jumlah tersebut diestimasikan sebanyak 867.257 penderita (93.9 %) yang telah terdiagnosis dan mendapatkan pelayanan kesehatan. (Munira et al., 2023) Sedangkan untuk kabupaten Mojokerto mendata terdapat ribuan orang terserang penyakit diabetes terhitung sepanjang tahun 2022 ini, ratusan penderita meninggal dunia lantaran penyakit tersebut, sedangkan untuk Puskesmas Puri kasus Diabetes mellitus pada tahun 2022 tercatat 559 kasus dan naik menjadi 1528 kasus pada tahun 2023. Jumlah pasien Diabetes mellitus di klinik pratama rawat jalan Cita Mulia Mojokerto pada bulan Januari hingga Juni 2024 jumlah kunjungan pasien sebanyak 192 orang.

Penanggulangan dan pengelolaan DM di fokuskan pada mengendalikan gula darah sehingga perlu adanya terapi farmakologi insulin dan obat-obatan dan nonfarmakologi dengan manajemen edukasi, modifikasi gaya hidup, modifikasi diet dan aktifitas fisik. Latihan fisik yang meningkatkan kesegaran jasmani salah satunya adalah senam diabetes. Kegiatan gerak tubuh atau olahraga bisa dilakukan

agar tubuh bisa lebih rileks dan mengurangi ketegangan otot yang dapat memicu tingkat kesegaran tubuh.(BPJS, 2014; Ladyani et al., 2020)

Menurut Persatuan Diabetes Indonesia (PERSADIA) senam diabetes adalah senam fisik yang dirancang menurut usia dan status fisik dan merupakan bagian dari pengobatan *diabetes mellitus*. Senam dilakukan dengan gerakan ritmis. (Soelistijo, 2021) Menurut *American Diabetes Association* (ADA), frekuensi senam dilakukan 3-5 kali perminggu dengan durasi 30 sampai 40 menit untuk mencapai metabolik yang optimal. Pakar kesehatan olahraga menyarankan agar berolahraga 6 hari seminggu dalam porsi sedang. Jenis aerobik seperti jalan kaki atau senam, paling tidak 20-45 menit/ hari. Sangat diperlukan untuk kebugaran, dengan banyak berjalan kaki akan baik bagi kesehatan, menghindari kegemukan, memperbaiki kendali gula darah dan pada akhirnya fisik menjadi segar. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019; Sulistini et al., 2020)

Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) adalah suatu pelayanan kesehatan yang melibatkan pasien, fasilitas kesehatan dan BPJS. Penyakit yang dikategorikan dalam PROLANIS yaitu pasien hipertensi dan diabetes mellitus tipe 2 (BPJS Kesehatan,2014). Aktivitas prolanis yaitu aktivitas konsultasi medis atau pemberian edukasi aktivitas club, pemantauan status kesehatan serta pelayanan obat rutin serta kegiatan prolanis yang dilakukan seminggu sekali.Senam yang termasuk serta dalam kegiatan prolanis adalah senam jantung sehat, senam bugar lansia, senam osteoporosis dan *senam aerobic low impact* (BPJS Kesehatan,2014).

Keberhasilan terapi baik farmakologi dan nonfarmakologi tergantung dari kesadaran dan kepatuhan penderita *diabetes mellitus* dalam menjalani pengobatan

secara rutin. Semakin sadar dan patuh pasien untuk mengikuti terapi maka kondisi gula darahnya dapat terkontrol dengan baik. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara kepatuhan senam prolansis dengan kadar gula sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia

B. Rumusan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas penulis merumuskan pertanyaan penelitian yakni apakah ada “Apakah ada hubungan antara kepatuhan senam program pengelolaan penyakit kronis dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia Mojokerto “

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan senam program pengelolaan penyakit kronis dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia Mojokerto

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi kepatuhan senam program pengelolaan penyakit kronis pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia Mojokerto

- b) Mengidentifikasi kadar gula sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia Mojokerto
- c) Menganalisis hubungan antara kepatuhan senam program pengelolaan penyakit kronis dengan kadar gula sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di klinik rawat jalan Cita Mulia Mojokerto

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk pengembangan ilmu pengetahuan keperawatan terutama pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang kaitannya hubungan senam prolanis dengan kadar gula darah sewaktu

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman bagi masyarakat khususnya dalam pelaksanaan kegiatan senam prolanis terhadap kesetabilan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

b) Bagi tempat penelitian

Dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan kegiatan senam prolanis pada penderita diabetes mellitus untuk mengontrol kestabilan gula darah sewaktu.