

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kejadian penyakit menular mengalami penurunan, sedangkan penyakit tidak menular cenderung mengalami peningkatan jumlah pasien (Kemenkes, 2019). Penyakit tidak menular (PTM) dapat digolongkan menjadi satu kelompok utama dengan faktor risiko yang sama (*common underlying risk faktor*) seperti kardiovaskuler, stroke, diabetes melitus, penyakit paru obstruktif kronik, dan kanker tertentu. Faktor risiko tersebut antara lain mengonsumsi tembakau, konsumsi tinggi lemak kurang serat, kurang olah raga, alkohol, hipertensi, obesitas, diabetes melitus, lemak darah tinggi (Kemenkes, 2019). Berbagai masalah penyakit tidak menular tersebut, diabetes melitus menjadi salah satu penyakit yang sangat perlu mendapatkan perhatian lebih karena dampak yang muncul bisa menyebabkan penurunan kualitas hidup. Dampak Diabetes Melitus Tipe 2 didapatkan bahwa dampak dari DM tipe 2 diantaranya adalah gagal jantung, jantung koroner, stroke, kebutaan, neuropati dan amputasi yang bisa menyebabkan menurunnya kualitas hidup (Fatimah, 2016).

Angka kejadian diabetes melitus (DM) terus meningkat. Berdasarkan Badan organisasi dunia *World Health Organization* (WHO) angka kejadian diabetes melitus pada tahun 2018 yaitu 436 juta dengan urutan ke-6 penyakit tidak menular di dunia yang banyak terjadi dan menyebabkan kematian. Negara yang paling tinggi terjadinya diabetes melitus yaitu Cina, India dan Amerika Serikat serta Indonesia menempati peringkat ke-7 dunia (WHO, 2018).

Dampak yang bisa terjadi akibat DM diantaranya meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke, terjadinya neuropati di kaki yang meningkatkan kejadian ulkus diabetik, infeksi bahkan keharusan untuk amputasi kaki, retinopati diabetium, gagal ginjal dan meningkatkan risiko kematian (Kemenkes, 2019).

Pencegahan terjadinya Diabetes Melitus tipe 2 yang bisa mengakibatkan dampak berbahaya bagi kesehatan sehingga diperlukan pengendalian faktor risiko. Faktor risiko Diabetes Melitus dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi (Kemenkes RI, 2020). Faktor risiko yang dapat dimodifikasi diantaranya obesitas, aktivitas fisik, diet tidak sehat dan merokok (Kemenkes RI, 2020).

Faktor risiko yang dapat dimodifikasi bisa menjadi salah satu cara untuk mencegah terjadinya diabetes mellitus tipe 2. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi, sehingga dengan adanya aktifitas fisik yang tepat maka bisa mengurangi risiko terjadinya diabetes. Penelitian yang dilakukan oleh Mahfudzoh, Yunus, & Ratih (2019) mengenai hubungan antara faktor risiko diabetes melitus yang dapat diubah dengan kejadian DM Tipe 2 di Puskesmas Janti Kota Malang didapatkan hasil bahwa aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian diabetes melitus dengan hasil bahwa responden yang beraktivitas fisik ringan terkena diabetes melitus dibandingkan dengan responden yang beraktivitas fisik sedang.

Pasien DM di Indonesia dengan prevalensi 2% dengan kejadian tertinggi yaitu di DKI Jakarta sebesar 3,4% (Riskesdas, 2018). Angka kejadian DM di

Jawa Barat tahun 2019 sebanyak 848.455 kasus dan tahun 2020 sebanyak 1.012.622 kasus. Angka kejadian DM di Kota Bandung pada tahun 2018 mencapai 38.627 penduduk dan pada tahun 2019 mencapai 45.430 penduduk dengan kejadian tertinggi yaitu di Kecamatan Arcamanik sebesar 40,78% (18.527 orang) (Dinkes Kota Bandung, 2019).

Angka kejadian DM yang semakin bertambah setiap tahunnya maka perlu adanya suatu indentifikasi cara bagaimana upaya pencegahan yang bisa dilakukan untuk mengurangi masalah tersebut. Salah satu upaya yang bisa dilakukan yaitu adanya aktivitas fisik sebagai faktor yang bisa dimodifikasi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengkaji faktor yang bisa dimodifikasi yaitu aktivitas sebagai upaya yang bisa dihindari dalam pencegahan Diabetes Melitus, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes tipe 2 pada usia dewasa: *Literature Review*”

1.2 Rumusan Masalah

Kejadian diabetes melitus tipe 2 menyebabkan masalah penurunan kualitas hidup dikarenakan berbagai dampak yang bisa timbul akibat tipe 2 tersebut. Upaya dalam pencegahan terjadinya diabetes melitus salah satunya yaitu aktivitas fisik. Pentingnya aktivitas fisik ini dikaji hubungannya dengan kejadian diabetes melitus yaitu aktivitas fisik bisa menjadi faktor mengurangi risiko terjadinya diabetes melitus tipe 2. Berdasarkan pemaparan tersebut maka

rumusan masalahnya yaitu “Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus tipe 2 pada usia dewasa?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus tipe 2 pada usia dewasa: *Literature review*.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada usia dewasa.
2. Mengetahui gambaran kejadian diabetes melitus tipe 2 pada usia dewasa
3. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada usia dewasa: *Literature review*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan serta informasi baru dalam bidang kesehatan terutama berkenaan dengan konsep hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 menggunakan metode *literature review*.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Mahasiswa

Penelitian ini semoga dapat bermanfaat sebagai penumbuh kesadaran mahasiswa yang kelak akan menjadi tenaga kesehatan dikemudian hari agar dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan.

2) Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan sebagai data penelitian yang bereferensi terhadap kesehatan masyarakat.

3) Bagi Universitas Bhakti Kencana Bandung

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data berkenaan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan pencegahan kejadian Diabetes Melitus tipe 2, sehingga penelitian ini dapat memberikan informasi sebagai data penunjang untuk mahasiswa apabila ingin meneliti terkait Diabetes Melitus tipe 2.