

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi masalah kesehatan bagi masyarakat dan beresiko bagi semua kelompok umur, tetapi yang paling banyak dijumpai pada usia dewasa dan lansia (WHO, 2014). Lansia merupakan seseorang yang berusia 60 tahun yang berada pada fase penuaan. (Kemenkes, 2017). Presentase lansia di Indonesia mencapai 9,60% tepatnya 2.564 juta orang (BPS, 2019). Tingginya populasi kelompok lansia dapat mempengaruhi kemungkinan berkembangnya masalah kesehatan (Allender, Rector, Warner, 2014). Berdasarkan hal tersebut maka masalah kesehatan yang sering terjadi adalah tingginya penyakit tidak menular pada lansia, dan salah satu penyakit tidak menular pada urutan ke lima adalah Diabetes Melitus (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Diabetes Melitus telah menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat hingga angka kejadiannya terus melonjak tajam, bahkan cenderung menakutkan, penyakit ini sangat serius sehingga banyak pakar yang menyebut diabetes sebagai *the silent killer* (Tandra, 2015). Prevalensi Diabetes Melitus di dunia menurut *World Health Organization* (2016) sebesar 8,5% dari populasi penduduk dunia Diabetes Melitus merupakan penyebab langsung 1,6 juta kematian, prevalensi Diabetes Melitus meningkat lebih cepat di negara-negara berpenghasilan menengah dan

rendah. Menurut survei, Benua Asia merupakan benua yang memiliki prevalensi Diabetes Melitus tertinggi sebesar 60% dibandingkan benua lainnya dan Indonesia merupakan salah satu negara yang berada di Benua Asia dengan kasus Diabetes Mellitus yang menempati posisi ke tujuh teratas di dunia (IDF, 2014). International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021 mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta. Dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, yang berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6% (WHO, 2016). Prevalensi orang penderita Diabetes Melitus Indonesia menunjukkan mengalami peningkatan dari 5,7% pada tahun 2007 menjadi 6,9% pada tahun 2016. Secara epidemiologi, diperkirakan pada tahun 2030 prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia akan meningkat mencapai 21,3 juta orang, artinya penderita Diabetes di Indonesia akan meningkat setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019). Pada tahun 2016 jumlah angka kematian di Indonesia akibat DM terbanyak dari usia lanjut 70 tahun ke atas, 16.300 orang lansia pria 34.800 orang lansia Wanita (WHO, 2016).

Berdasarkan hasil laporan (Riset Kesehatan Dasar, 2018), Temuan kasus prevalensi Diabetes Melitus cenderung lebih tinggi pada masyarakat yang tinggal di daerah perkotaan dari pada di pedesaan dengan proporsi aktivitas fisik tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1%. Terdapat 22 provinsi dengan penduduk aktivitas fisik tergolong kurang aktif

berada di atas rata-rata di wilayah Indonesia. Proporsi penduduk Indonesia dengan perilaku sedentari (aktivitas yang dilakukan diluar waktu tidur) ≥ 6 jam perhari sebesar 26,1%, dan provinsi Jawa Barat termasuk kedalam lima provinsi diatas rata-rata pada tingkat nasional sebesar (33,0%) dengan prevelensi penyakit diabetes melitus sebesar 1,7%.

Menurut Dinas Kesehatan Kota Bandung (2018) prevalensi penderita Diabetes Mellitus setiap tahunnya selalu mengalami peningkatan bisa dibuktikan dengan data pada tahun 2017 penderita Diabetes Mellitus di Kota Bandung sebanyak 3.508 jiwa dengan jumlah kematian 245 jiwa dan pada tahun 2018 angka kejadian diabetes mellitus meningkat menjadi 13.709 jiwa dengan angka kematian 507 jiwa. Berdasarkan hasil laporan data 2019 dari Dinas Kesehatan Kota Bandung didapatkan beberapa puskesmas dengan angka kejadian Diabetes Melitus tertinggi, Puskesmas yang menempati posisi tertinggi adalah Puskesmas Babakan Sari dengan jumlah penderita Diabetes Melitus mencapai 1,672 orang dan yang mendapatkan pelayanan Kesehatan sesuai standar ada 319 orang, dan didapatkan data lansia penderita Diabetes Melitus berjumlah 60 orang.

Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia meningkat dan diikuti oleh peningkatan frekuensi penyakit tidak menular kronis, menurut peraturan pemerintah Republik Indonesia No.43 Tahun 2004 (Pusat Data dan Informasi, 2017). Proses menua menjadikan lanjut usia sebagai populasi yang rentan terhadap masalah baik fisik, psikologis, dan sosial khususnya yang terkait dengan proses menua, kerentanan mengacu pada

kondisi individu yang lebih sensitif terhadap faktor resiko penyakit (Priyanto, Sahar J & Widyatuti, 2013). Penderita Diabetes Melitus pada lansia sangat rentan mengalami kecacatan, peningkatan penyakit komplikasi seperti kelainan jantung, hipertensi, dan stroke (Suprpti, 2017). Penyakit Diabetes Melitus juga dapat menimbulkan dampak penyakit seperti kerusakan hati, gagal ginjal, kebutaan, kecacatan fisik, dan ketika hal ini tidak ditangani akan berdampak pada penurunan kualitas hidup, kemiskinan dan bahkan kematian (WHO, 2016). Dampak tersebut akan terjadi apabila mengabaikan empat pilar pengelolaan Diabetes Melitus secara tepat yaitu mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, terapi farmakologi, dan edukasi (Kemenkes RI, 2018).

Lanjut usia sering dikaitkan dengan usia yang sudah tidak produktif hal ini terjadi karena pada lansia secara fisiologis terjadi kemunduran fungsi fungsi dalam tubuh yang menyebabkan lansia rentan terkena gangguan kesehatan, namun demikian masih banyak lansia yang kurang aktif secara fisik (Laksmi, 2019). Aktivitas fisik masyarakat sangat rendah hal ini didukung oleh data yang meningkat dari 26,1% menjadi 33,5%, Penderita Diabetes Melitus yang kurang melakukan aktivitas fisik dapat menjadi faktor tidak terkontrolnya kadar gula darah, aktivitas fisik merupakan kunci dalam pengelolaan Diabetes Melitus sebagai pengontrol kadar gula darah dan memperbaiki faktor resiko kardiovaskuler seperti menurunkan hyperinsulinemia (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Menurut penelitian Adha Fitri Annisa pada tahun 2019 mengenai “Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2” yang dilaksanakan di Puskesmas Sukajadi Kota Bandung. Dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan tingkat aktivitas fisik pada kategori ringan (12,8%), sedang (78,7%), dan berat (8,5%).

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Babakan Sari dengan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 30 Maret 2022 pada 10 orang lansia penderita diabetes melitus yang sedang melakukan pemeriksaan gula darah bertempat di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung didapatkan 2 orang tidak melakukan aktivitas fisik karena kondisinya fisiknya sudah tidak kuat untuk berolahraga, 2 orang mengatakan malas untuk melakukan kegiatan olahraga dikarenakan menjaga warung di rumah, 1 orang ibu rumah tangga jarang melakukan aktivitas fisik dikarenakan mempunyai asisten rumah tangga yang melakukan pekerjaan rumahnya, 2 orang ibu rumah tangga melakukan aktivitas fisik senam hanya 1 minggu sekali, dan 3 orang lainnya melakukan aktivitas fisik berjalan kaki setiap pagi sekitar (2-3) km.

Berdasarkan latar belakang dan data-data diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung” Alasan peneliti memilih aktivitas fisik pada lansia dikarenakan lansia sering dikaitkan dengan usia yang sudah tidak produktif, oleh karena itu peneliti ingin mengetahui seberapa jauh aktivitas fisik pada lansia penderita Diabetes Melitus lakukan

di Puskesmas Babakan Sari karena melihat masalah ditempat tersebut dan diperkuat dengan studi pendahuluan, sehingga perlu dilakukan penelitian.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimanakah Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah;

- a. Mengidentifikasi Gambaran Aktivitas Fisik Tingkat Ringan Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung.
- b. Mengidentifikasi Gambaran Aktivitas Fisik Tingkat Sedang Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung.
- c. Mengidentifikasi Gambaran Aktivitas Fisik Tingkat Berat Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah hasanah Keilmuan Keperawatan Gerontik

1.4.2 Manfaat Praktisi

1) Bagi Peneliti

Meningkatkan Wawasan tentang Aktivitas Fisik Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus dan menjadi data dasar bagi peneliti serta dapat memberikan edukasi kesehatan.

2) Bagi Institusi

Untuk menambah bahan referensi bagi institusi serta sebagai bahan informasi agar dapat dipublikasikan bagi penulis yang akan datang, dan menjadikan bahan literatur selanjutnya.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan aktivitas fisik pada lansia penderita penyakit Diabetes Melitus.

4) Bagi Puskesmas Babakan Sari

Hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai data dasar dan bahan evaluasi yang dapat digunakan oleh pihak puskesmas untuk lebih rutin menjalankan program aktivitas fisik bagi pasien Diabetes Melitus.

1.5 Ruang Lingkup

Ruang Lingkup penelitian dalam konteks keilmuan pada penelitian ini Keperawatan Gerontik. Penerapan metode Penelitian adalah Deskriptif.

1. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Babakan Sari dengan alamat lengkap Jalan Babakan Sari 1 No. 183, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung, Jawa Barat 40283

2. Ruang Lingkup Waktu

Pengambilan data dan penelitian dilaksanakan pada bulan Maret - Juni, Ruang Lingkup penelitian dalam konteks keilmuan pada penelitian ini Keperawatan Gerontik. Penerapan metode Penelitian adalah Deskriptif