

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat dari insufisiensi fungsi insulin, yang dapat disebabkan oleh gangguan produksi insulin oleh sel-sel beta kelenjar pankreas atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin (WHO, 2016).

Internasional Diabetes Federation (2020) memperkirakan bahwa terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes melitus pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes melitus di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi akan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (InfoDATIN, 2020).

Indonesia berada di peringkat ke-7 di antara 10 negara di dunia dan merupakan satu-satunya Negara di Asia Tenggara dengan penyakit diabetes melitus tertinggi dengan jumlah penderita diabetes melitus sebesar 10,7 juta (InfoDATIN, 2020). Prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosa dokter pada umur ≥ 15 tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes melitus pada penduduk ≥ 15 tahun pada hasil Riskesdas (2013) sebesar 1,5%. Diabetes melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Prevalensi diabetes melitus

di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter tahun 2018 berada pada rentang umur 55-64 tahun yakni sebesar 6,3%, peringkat kedua berada pada rentang 65-75 tahun yakni sebesar 6,0%, dan pada rentang 75 tahun keatas sebesar 3,3% (Kemenkes, 2018). Riset kesehatan dasar (2018) mencatat prevalensi diabetes melitus di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018 sebesar 1,39%, di kota Gunungsitoli sebesar 1,89% (679 orang).

Penyakit terbanyak di Indonesia yang diderita lansia adalah penyakit tidak menular yang timbul akibat dampak penuaan. Penuaan menyebabkan daya tahan tubuh berkurang sehingga lansia mudah terkena penyakit salah satu diantaranya adalah diabetes melitus (Kemenkes, 2016). Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang kompleks yang membutuhkan perawatan medis berkelanjutan dengan strategis pengurangan resiko multifaktor di luar kendali glikemik (*American Diabetes Association*, 2018).

Diabetes melitus pada lansia terjadi karena faktor usia yang menyebabkan penurunan sel fungsi pankreas dan sekresi insulin. Hal ini terjadi karena kurangnya masa otot dan perubahan vaskuler, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi obat yang bermacam-macam, faktor genetik, dan riwayat penyakit lainnya (ADA, 2019).

Penyakit diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang harus dikontrol secara rutin (Risda, 2020). Pengontrolan gula darah merupakan tujuan utama dari berbagai penatalaksanaan yang dilakukan oleh penderita DM. Hal ini bisa dicapai dengan melakukan 4 pilar pengendalian DM, yaitu edukasi, pengaturan makan, olahraga dan obat (Novitasari, 2012). Pemerintah merancang program sistem pelayanan kesehatan menggunakan pendekatan proaktif, yang dilaksanakan secara terintegritas dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS kesehatan. BPJS merancang program Prolanis untuk mendorong peserta penyandang penyakit kronis dengan tujuan mencapai kualitas hidup optimal pada

pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM Tipe 2 sesuai dengan klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi, dimana salah satu kegiatan dari program ini adalah senam prolanis (BPJS, 2015).

Senam prolanis adalah salah satu upaya awal dalam mencegah, mengontrol, dan mengatasi penyakit degeneratif seperti diabetes pada lansia. Senam prolanis bermanfaat bagi kesehatan lansia untuk meningkatkan kemampuan kerja serta meningkatkan kualitas hidup lansia menjadi optimal sehingga lansia sangat diharapkan aktif dalam mengikuti senam ini (Radifan, 2020).

Faktor yang dapat mempengaruhi lansia tidak aktif mengikuti senam prolanis adalah kurangnya motivasi lansia dalam mengikuti senam prolanis lansia (Indrawati, 2013). Berdasarkan hasil penelitian mayoritas lansia aktif mengikuti senam lansia yaitu sebanyak 17 orang (56,7%) dan minoritas lansia tidak aktif yaitu sebanyak 13 orang (43,3 %) (Risda Lubis, 2020). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sulistio (2017), dimana mayoritas lansia aktif dalam kegiatan senam prolanis setiap bulannya yaitu 78 responden (68,4%) dan lansia dalam kategori tidak aktif dalam kegiatan senam prolanis setiap bulannya hanya ada 36 responden (31,6%). Menurut asumsi, lansia yang tidak aktif mengikuti senam prolanis dikarenakan kurangnya motivasi lansia, sehingga lansia tidak terdorong untuk mengikuti senam prolanis. Motivasi lansia adalah daya yang timbul dalam diri lansia yang dapat mendorong untuk mampu berbuat sesuatu dalam usaha memenuhi keinginan untuk mencapai tujuan salah satunya kebugaran jasmani. Lansia yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih bersemangat dan aktif mengikuti senam, berbeda dengan lansia yang tidak ada motivasi dalam dirinya yang membuat lansia malas, kurang mengerti arti penting kesehatan dan tidak aktif mengikuti senam prolanis (Bella, 2019). Berdasarkan hasil penelitian mayoritas motivasi responden baik yaitu sebanyak 18 orang (60,0%) dan minoritas motivasi

responden kurang sebanyak 12 orang (40,0%) (Risda Lubis, 2020). Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Veronika, Widyastuti (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis, dari 70 responden diperoleh mayoritas lansia memiliki motivasi yang rendah sebanyak 55 responden (78,5%). Menurut asumsi peneliti, motivasi merupakan upaya untuk menimbulkan rangsangan, dorongan ataupun pembangkit tenaga seseorang agar mau berbuat dan melaksanakan sesuatu.

Pasien yang tidak aktif dalam mengikuti senam prolanis ini dapat menyebabkan terjadinya peningkatan komplikasi penyakit yang dialami lansia akan dapat menyerang organ lainnya dan yang paling fatal dapat mengancam jiwa mereka, contohnya penyakit jantung dan pembuluh darah seperti serangan jantung dan stroke, kerusakan saraf, kerusakan ginjal, dll. Oleh karena itu perlu adanya kesadaran diri dari masing-masing individu untuk mengikuti senam dan juga adanya dukungan dari keluarga untuk menambah motivasi diri pasien agar dapat aktif mengikuti senam demi menjaga kesehatannya (Wahyuningsih & Astuti, 2017).

Penelitian Radifan (2020) menjelaskan bahwa motivasi dengan keaktifan mengikuti senam prolanis sebanyak 50 responden yang memiliki motivasi tinggi dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis, penelitian menunjukkan sebanyak 43 orang (86,0%) motivasi aktif, sedangkan motivasi tidak aktif sebanyak 7 orang (14,0%) dan dari 20 responden yang memiliki motivasi rendah dikatakan aktif sebanyak (0%) sedangkan yang tidak aktif sebanyak 20 orang (100%).

Survey pendahuluan yang dilaksanakan peneliti di wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara penyakit diabetes melitus tipe II yang masuk dalam daftar 10 penyakit terbesar dan menempati urutan ke-1. Jumlah penderita diabetes melitus tipe II pada

lansia sebanyak 125 dari keseluruhan penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara tahun 2022.

Informasi yang didapatkan saat melakukan survey pendahuluan kepada 10 lansia penderita diabetes melitus tipe II didapatkan 7 lansia menyatakan tidak ada motivasi dan tidak aktif dalam mengikuti senam prolanis dikarenakan malas dan tidak ada dorongan dari diri lansia untuk mengikuti kegiatan senam prolanis sedangkan 3 lansia penderita diabetes melitus menyatakan ada motivasi dan aktif dalam mengikuti senam prolanis dikarenakan adanya keinginan untuk sembuh.

Berdasarkan survey diatas mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

- b. Mengidentifikasi keaktifan lansia penderita diabetes melitus tipe II mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat meningkatkan wawasan, melatih berpikir kritis dan keterampilan serta menjadi modal pada penelitian selanjutnya dan untuk menambah pengetahuan, tentang hubungan motivasi lansia penderita diabetes mellitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang hubungan motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis.

3. Bagi Lokasi Peneliti

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan informasi dalam pelayanan keperawatan khususnya tentang hubungan motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan di ruang baca Poltekkes Kemenkes Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli.