

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan ancaman utama bagi kesehatan dan perkembangan manusia saat ini, dan merupakan penyebab tingginya angka morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab 71% dari kematian di dunia pada tahun 2016, dan membunuh sekitar 36 juta jiwa pertahun. Sebagian besar kematian PTM terjadi pada negara dengan penghasilan rendah dan menengah. Kematian terbanyak penderita penyakit tidak menular akibat penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, serta diabetes mellitus (Nurhayati, 2023)

Diabetes mellitus adalah masalah kesehatan masyarakat yang penting, yang menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular prioritas yang menjadi target untuk di tindak lanjuti. Diabetes adalah penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah atau glukosa), atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya (Amin, Noor *et al.*, 2020). Penderita diabetes perlu mendapatkan obat yang efektif dan aman agar dapat terhindar dan berbagai komplikasi yang menyebabkan angka harapan hidup menurun, (Rahmasari, 2019).

Pada akhir tahun 2021, Internasional Diabetes Federation (IDF) mengkonfirmasi bahwa diabetes termasuk salah satu di antara kegawat daruratan kesehatan global dengan pertumbuhan paling cepat di abad ke -21 ini. Pada tahun 2021, lebih dari setengah miliar manusia dari seluruh dunia hidup dengan diabetes, dengan jumlah 537 juta orang, dan jumlah yang diproyeksikan akan mencapai 643 juta orang pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045 (Atlas IDF, 2021).

Data *International Diabetes Federation* (IDF) menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes pada tahun 2021 di Indonesia meningkat pesat dalam sepuluh tahun terakhir. Jumlah tersebut diperkirakan dapat mencapai 28,57 juta pada 2045 atau lebih besar 47% dibandingkan dengan jumlah 19,47 juta pada tahun 2021 (Atlas IDF, 2021)

Persentase penderita diabetes melitus tahun 2019 di Sumatera Utara sebanyak 249.519 penderita dan yang mendapatkan pelayanan Kesehatan yaitu sebanyak 144.521 penderita (57,92%). Sisanya sebanyak 104.998 tidak memeriksakan diri ke pelayanan Kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera utara 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli tahun 2021 penderita diabetes mellitus sebanyak 1.902 orang (Profil Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli, 2021).

Prevalensi diabetes melitus yang mengalami peningkatan akan berdampak meningkatnya angka kejadian kematian yang disebabkan oleh komplikasi dari diabetes mellitus itu sendiri, (Isnaini, Nur., 2018). Dampak dari diabetes melitus tidak terkontrol akan menimbulkan komplikasi termasuk serangan jantung dan stroke, infeksi kaki yang berat (menyebabkan ganggren, dapat mengakibatkan amputasi), gagal ginjal stadium akhir dan disfungsi seksual (Febrina, y, t., 2023)

Salah satu penyebab diabetes mellitus karena kurangnya aktivitas fisik. Hal Ini didukung oleh data yang menunjukkan angka proporsi aktivitas fisik yang rendah meningkat dari 26,1% menjadi 33,5%(Riskesdas 2018) dalam (Nisa, C, 2022). Aktivitas fisik yang kurang pada pasien DM disebabkan karena kemajuan zaman dimana dengan alat transportasi yang canggih masyarakat kini dapat lebih cepat dan mudah untuk berpergian menempuh jarak yang jauh sehingga tidak perlu berjalan kaki ataupun bersepeda lagi (Rumajar, Rompas, & Babakal, 2015). Bahkan dengan kemajuan teknologi kini

masyarakat dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari tanpa harus keluar rumah dengan memanfaatkan online shop dan aplikasi lainnya dengan menggunakan smartphone. Namun semua fasilitas / kemudahan tersebut merupakan faktor pencetus terjadinya perubahan gaya hidup terutama dalam perilaku aktivitas fisik masyarakat yang semakin rendah (Nisa, C, 2022).

Dalam penelitian (Ramadhani, N, 2022) yang berjudul Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Melitus Pada Wanita Usia 20-25 Di DKI Jakarta (Analisis Data Posbindu PTM 2019) menunjukkan sebanyak 310 orang (21,7%) termasuk kedalam kategori aktivitas fisik yang kurang. Penelitian lain dari (Widagdyo *et al.*, 2022) yang berjudul Aktifitas Fisik Pada Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia menunjukkan terdapat 451 responden yang melakukan aktifitas fisik baik dan 576 responden yang melakukan aktifitas fisik kurang baik dari total 1027 responden. Penelitian ini di dukung dari penelitian (Pakpahan & Tarigan,S, 2021) dengan judul Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Naga Kesiangan Kab Serdang Bedagai menunjukkan sebanyak 21 responden (58,3%) yang aktivitas fisik rendah, 10 responden (27,8%) dengan aktivitas fisik sedang dan 5 responden (13,9) dengan aktivitas tinggi.

Salah satu tatalaksana terapi diabetes mellitus daru segi non-farmakologis yang dianjurkan adalah dengan melakukan aktivitas fisik. Latihan fisik pada penderita DM memiliki peranan yang sangat penting dalam mengendalikan kadar glukosa darah, saat melakukan latihan aktivitas fisik terjadi peningkatan pemakaian glukosa oleh yang aktif sehingga secara langsung menyebabkan penurunan glokosa darah (Lisiswanti & Cordita, 2016)

Pasien diabetes mellitus harus mempunyai pengetahuan yang cukup tentang aktivitas fisik, agar pasien mengetahui bahwa aktivitas fisik dapat mencegah dan mengontrol penyakit diabetes melitus.

Pengetahuan tentang aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus sangat dibutuhkan karena pengetahuan tidaklah hanya untuk memahami penyakit yang dialaminya tetapi pasien dapat menentukan langkah-langkah yang perlu diambil dalam rangka mengurangi resiko terhadap penyakit yang dideritanya, (Nisa, C, 2022).

Berbagai penelitian yang telah dilakukan menunjukkan pengetahuan aktivitas fisik pada pasien diabetes mellitus masih kurang. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Nurmajaahida., *et.al* 2022) yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan terkait pola makan dan aktivitas fisik dengan status kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus, yang telah dilakukan di RSUD Kota Mataram dari 50 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan terkait aktivitas fisik yang kurang, yaitu sebanyak 21 responden, memiliki tingkat pengetahuan aktivitas fisik kurang 15 responden, dan tingkat pengetahuan aktivitas fisik cukup sebanyak 14 responden memiliki tingkat pengetahuan aktivitas fisik yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Daryaswanti, 2019) dengan judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Tentang Manajemen DM Di RSUD Wangaya Kota Denpasar, mengatakan bahwa dari 30 responden terdapat 18 orang yang memiliki pengetahuan yang kurang dan 12 responden memiliki pengetahuan cukup. Penelitian lain yang dilakukan (Arisma, B, J, 2017), dengan judul Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Resiko Penyakit Diabetes Melitus Di Kecamatan Pakiaji Kabupaten Malang, mengatakan persentase pengetahuan masyarakat tentang aktivitas fisik yaitu (63%) pengetahuan tentang aktivitas fisik kurang dan (37%) pengetahuan aktivitas fisik cukup .

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat didapatkan bahwa penyakit diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit terbesar di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat dengan jumlah penderita diabetes

melitus pada tahun 2023 berjumlah 123 orang. Dari hasil survei terhadap 7 orang penderita diabetes mellitus diperoleh data 4 orang memiliki pengetahuan yang kurang tentang aktivitas fisik di sebabkan karena kurangnya kepedulian terhadap kondisi kesehatan saat ini sehingga mereka tidak mencari informasi bahwa aktivitas fisik dapat menurunkan kadar glukosa darah dan sibuk dengan pekerjaannya, dan 3 orang yang menderita diabetes mellitus memiliki pengetahuan yang cukup tentang aktivitas fisik disebabkan faktor pendidikan dan sumber informasi yang memadai.

Maka dari latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “ Gambaran Pengetahuan Tentang Aktivitas Fisik Pada Pasien Diabetes Melitus Di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat”.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana gambaran pengetahuan tentang aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Barat?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mendeskripsikan gambaran pengetahuan tentang aktivitas fisik pada pasien diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan tentang ilmu yang di peroleh peneliti selama mengikuti pendidikan di Prodi D-III keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan.

2. Bagi Institusi

Sebagai sumber informasi dan referensi di ruang baca prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan serta dapat memperluas wawasan mahasiswa prodi D-III keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Medan.

3. Bagi Lokasi Penelitian

Dapat digunakan sebagai bahan masukan dan informasi dalam pelayanan keperawatan khususnya pelayanan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan judul peneliti itu sendiri.