

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolisme dimana hormon insulin dalam tubuh tidak efektif menjaga kesetimbangan gula darah, akibatnya terjadi peningkatan kadar gula darah dalam jangka panjang (Kemenkes RI, 2018). Secara global, di tahun 2015 jumlah penderita DM di dunia meningkat drastis 4 kali lipat sejak tahun 1980-an, yaitu yang awalnya 108 juta meningkat jadi 415 juta penderita (World Health Organization, 2015). Ditambah lagi berdasarkan laporan Internasional Diabetes Federation (IDF), negara yang menempati posisi pertama China dengan jumlah penderita 114,4 juta jiwa, kedua ditempati oleh negara India dengan jumlah penderita 72,9 juta jiwa, ketiga ditempati oleh negara Amerika Serikat dengan jumlah penderita 30,2 juta jiwa, keempat ditempati oleh negara Brazil dengan jumlah penderita 12,5 juta jiwa, kelima ditempati oleh negara Mexico dengan jumlah penderita 12 juta jiwa, keenam ditempati oleh negara Indonesia dengan jumlah penderita 10,3 juta jiwa (RISKESDAS, 2018).

Pada tahun 2018, Kemenkes RI mendata penyakit diabetes melitus disandang sebanyak 193 juta jiwa di seluruh dunia dan kebanyakan dari mereka tidak menyadari penyakit yang di deritanya. Sebagian besar dari jumlah tersebut menyandang diabetes tipe 2 yang masih dapat dicegah sedini mungkin. Meningkatnya kasus diabetes merupakan akibat dari perubahan pola hidup sehat, disebabkan karena kelebihan berat badan dan kurangnya aktivitas fisik (Kemenkes, 2018). Berdasarkan data Riskesdas (2018), pravelensi penderita DM di provinsi Jawa Barat mencapai 1,3% merupakan angka yang lumayan tinggi, mengingat total pravelensi seluruh provinsi di Indonesia saja sebanyak 1,5%. Jika berdasarkan usia, data Riskesdas menunjukkan pravelensi berbeda untuk setiap kelompok usia. Pravelensi tertinggi adalah pada kelompok usia 55-64 tahun yaitu 6,29% lalu pada usia 65-74 adalah 6,03%, artinya puncak penderita terbanyak adalah mereka yang berusia 55-64 tahun.

Fakta diperkuat berdasarkan laporan terbaru dari situs resmi Open Data Jabar (2020) yang menyatakan bahwa total jumlah penderita DM di Jawa Barat sekitar 1.78.857 orang. Tahun 2020 Kabupaten Sumedang menduduki peringkat ketiga dengan jumlah penderita DM sebanyak 79.656 orang, peneliti telah melakukan studi pendahuluan yang dihasilkan total populasi penderita DM khususnya DM tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Sumedang pada bulan februari tahun 2022 sampai bulan februari tahun 2023 sebanyak 195 jiwa sedangkan untuk usia lebih dari 55 tahun sebanyak 49 orang.

Saat melakukan wawancara pada hari kamis tanggal 09 Maret 2023 kepada lima orang penderita diabetes, didapatkan hasil bahwa tiga responden tidak pernah melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, jalan santai, responden juga mengatakan tidak ada pantangan makanan tetap memakan makanan yang manis, karena dirinya merasa baik-baik saja, sedangkan dua responden lainnya mengatakan, bahwa dirinya melakukan aktivitas fisik seperti menyapu, jalan santai meskipun tidak sering, dalam pola makan pun responden selalu menjaganya karena mengingat bahwa dirinya mempunyai riwayat diabetes melitus.

Menurut Yuniar (2018), Pertanyaan yang sering muncul pada penderita DM yaitu bagaimana agar gula darah pada penderita tetap terkendali dengan menerapkan empat pilar pengobatan diabetes terdiri dari Pendidikan, makanan (diet), aktivitas fisik (olahraga) dan obat (terapi farmakologi. Dari keempat pilar pengobatan tersebut, pola makan dan aktivitas fisik merupakan hal yang kerap terabaikan oleh penderita.

Fenomena tersebut kian memprihatinkan, sehingga diperlukan berbagai upaya untuk mengurangi peningkatannya. Pola hidup sehat diartikan sebagai gaya hidup yang memperhatikan beberapa faktor yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan seperti makan dan olahraga. Hal ini melibatkan kebiasaan makan dan kebiasaan aktivitas. Selain itu dalam hal ini, dukungan keluarga sangat berperan penting dalam mendukung pola hidup sehat pada penderita DM, yang dapat mempengaruhi perkembangan kesehatan dan pengobatan pasien (Puspitasari, Dyah, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pipin Sumantrie dan Martalina Limbong, 2022) Pola hidup sehat merupakan strategi yang harus diterapkan untuk menjaga karunia yang sangat berharga, yaitu seperti kebiasaan yang dilakukan sehari-hari, dilengkapi dengan mengonsumsi makanan sehat, aktivitas fisik yang seimbang, istirahat yang cukup, dan kapasitas dalam mengelola stress. Berdasarkan hasil eksplorasi, peneliti menilai bahwa penelitian sebelumnya terkait penderita DM lebih banyak membahas seputar faktor penyebab, efektivitas edukasi, dengan judul yang terdiri dari dua variabel.

Berdasarkan hal-hal tersebut diatas, maka peneliti akan melakukan penelitian “Gambaran Pola Hidup Sehat Pada Lansia Penderita DM Tipe 2 Di Ruang Poli Dalam RSUD Sumedang”

1.2 Rumusan Masalah

Hasil pemampanan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Sumedang, karena peneliti ingin mengetahui lebih lanjut bagaimanakah gambaran pola hidup sehat pada penderita diabetes yang sedang melakukan kontrol di ruang poli dalam.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pola hidup sehat pada penderita DM tipe 2 di ruang Poli Dalam RSUD Sumedang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran pola makan pada penderita diabetes melitus tipe 2.
2. Untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat bagi peneliti untuk menambah pengetahuan dan pengalaman tentang gambaran pola hidup sehat pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat Pengembangan

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Agar pasien diabetes melitus mengetahui manfaat menjaga pola hidup sehat bagi kesehatannya dalam jangka waktu yang Panjang.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Peneliti berharap, penelitian masalah ini berguna secara pribadi untuk wawasan serta menambah referensi penelitian yang berhubungan dengan fungsi kognitif pada kualitas hidup penderita DM