

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak disebabkan oleh infeksi mikroorganisme seperti protozoa, bakteri, jamur, maupun virus. Penyakit jenis ini bertanggungjawab terhadap sedikitnya 70% kematian di dunia. Meskipun tidak dapat ditularkan dari orang ke orang maupun dari binatang ke orang, lemahnya pengendalian faktor risiko dapat berpengaruh terhadap peningkatan kasus setiap tahun. Penanganan terhadap PTM sebagai bagian dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) menjadi sejarah baru dalam pembangunan global, karena dalam kesepakatan di sidang PBB ke-70, SDGs memiliki tujuan pembangunan universal dengan 17 poin yang dimulai tahun 2015 hingga tahun 2030. Konsep SDGs ini diperlukan untuk menjadi alat terjadinya perubahan pasca 2015 dengan berdasar pada tiga pilar dalam konsep pembangunan dan pengembangan SDGs, yaitu pertama indikator yang melekat pada pembangunan manusia (*Human Development*) diantaranya pendidikan dan kesehatan. Pembangunan manusia dibidang kesehatan adalah melakukan pencegahan sehingga kejadian PTM di masyarakat dapat ditekan. Salah satu penyakit tidak menular yang jumlahnya semakin meningkat adalah *Diabetes Mellitus* (DM) (Kemenkes, 2020).

DM merupakan penyakit gangguan metabolik menahun yang lebih dikenal sebagai pembunuh manusia secara diam-diam atau *Silent Killer*. Seringkali manusia tidak menyadari kalau dirinya telah menyandang diabetes,

dan begitu mengetahui sudah terlambat karena sudah komplikasi. DM dikenal juga sebagai *Mother Disease* yang merupakan induk/ibu dari penyakit-penyakit lain seperti hipertensi, penyakit jantung dan pembuluh darah, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan (Perkeni, 2021).

DM merupakan masalah kesehatan yang serius di seluruh dunia dan prevalensinya cenderung meningkat dengan cepat. Kasus DM pada usia 20 – 79 tahun di dunia menurut *Internasional Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021 diperkirakan mencapai 537 juta (10,5%), diperkirakan meningkat menjadi 643 juta (11,3%) pada tahun 2030 dan pada tahun 2045 diperkirakan menjadi 783 juta (12,2%) (IDF, 2021).

Indonesia menempati urutan kedua penderita DM terbanyak di Asia setelah China (140,9 juta) dengan jumlah penderita DM sebanyak 19,5 juta, urutan ketiga Jepang (11 juta), disusul Thailand (6,1 juta) dan Malaysia (4,4 juta) (IDF, 2021). Laporan Risesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi DM yang terdiagnosis oleh dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah 2%. Prevalensi tertinggi adalah DKI Jakarta yaitu sebesar 3,4% dan terendah Nusa Tenggara timur yaitu sebesar 0,9%, Provinsi Jawa Tengah berada pada peringkat 12 dengan prevalensi sebesar 2,2%. Berdasarkan pengelompokan usia, penderita DM terbanyak ada pada kelompok usia 55-60 tahun dan lebih dari 60 tahun.

Tingginya prevalensi penyakit kronis khususnya Diabetes Mellitus mendorong pemerintah untuk melakukan tindakan pencegahan dan komplikasi yang lebih lanjut. Melalui kerjasama dengan BPJS (Badan Penyelenggara Jaminan Sosial) Kesehatan, pemerintah menjalankan program yang ditujukan

kepada peserta penderita penyakit kronis khususnya diabetes mellitus dan hipertensi. Program ini disebut “Prolanis” atau “Program Pengelolaan Penyakit Kronis” yang dijalankan di setiap Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) yang menjalin kerjasama. Program prolanis ditujukan untuk meningkatkan kualitas hidup bagi peserta BPJS Kesehatan yang memiliki penyakit kronis, salahsatunya penyakit diabetes mellitus. Meningkatkan kualitas hidup pasien DM dapat menjadi tolok ukur dari keberhasilan pengobatan pasien DM. Kualitas hidup pun dapat diartikan sebagai persepsi psikologis individu sehingga jika semakin buruk kualitas hidup orang maka akan memperparah kondisi suatu penyakit, begitupun sebaliknya.

Penyakit DM tipe 2 yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan berbagai komplikasi yaitu komplikasi akut dan komplikasi kronik. Penyebab utama kematian penyandang DM tipe 2 adalah komplikasi makrovaskular. Sedangkan komplikasi kronis DM tipe 2 dapat berupa komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular yang dapat menurunkan kualitas hidup penderita (Indriyawati, et. al., 2022). Hasil penelitian Purnomo dan Abas (2021) menunjukkan bahwa lansia dengan DM tipe 2 yang memiliki kualitas hidupnya buruk sebanyak 24 orang (39,3%), sedangkan yang merasakan kualitas hidupnya sedang sebanyak 37 orang (60,7%). Hasil penelitian Sani et. al (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar pasien DM tipe 2 memiliki kualitas hidup yang rendah yaitu 56,82%. Hasil penelitian Miftah, et. al (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup dengan golongan sedang (63,7%) yang dinilai dari segi domain fisik, psikologis, hubungan lingkungan dan sosial.

World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada yang terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan juga perhatian. Menurut WHOQOL Kualitas hidup tersebut memiliki 4 domain yaitu keadaan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan pasien (Suardana, Rasdini, & Kusmarjathi, 2019). Penurunan kualitas hidup pada pasien DM bisa dikarenakan sifat penyakit yang kronik sehingga dapat berdampak pada pengobatan dan terapi yang sedang dijalani. Penatalaksanaan yang baik sangat dibutuhkan untuk menurunkan terjadinya komplikasi akibat DM. Dalam penatalaksanaan DM dikenal empat pilar utama yaitu perencanaan makan (diet), latihan jasmani (olah raga), obat berkhasiat hipoglikemik, penyuluhan (edukasi) (PERKENI, 2019).

Salah satu faktor yang diduga dapat mempengaruhi kualitas hidup pada lansia dengan DM tipe 2 adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang baik dan teratur memberikan manfaat bagi tubuh, khususnya bagi penderita diabetes melitus dalam menurunkan kadar glukosa dalam darah, menjaga berat badan, meningkatkan kekuatan tubuh dan yang terpenting dalam usahanya meningkatkan sensitivitas insulin, sehingga glukosa darah lebih terkontrol. Aktivitas fisik merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam pengelolaan penyakit Diabetes Mellitus. Menurut Perkeni (2021), aktivitas fisik merupakan salah satu bagian dari empat pilar dalam penatalaksanaan diabetes mellitus. Olahraga seperti senam sangat bermanfaat dalam memperbaiki kepekaan insulin serta pengendalian kadar gula darah. Hal ini

dapat terjadi karena aktivitas fisik atau olahraga secara langsung berhubungan dengan peningkatan kecepatan pemulihan glukosa otot (seberapa banyak otot mengambil glukosa dari aliran darah). Saat berolahraga, otot menggunakan glukosa yang tersimpan dalam otot dan jika glukosa berkurang, otot mengisi kekosongan dengan mengambil glukosa dari darah. Hal ini akan mengakibatkan menurunnya glukosa darah sehingga memperbesar pengendalian glukosa darah (Balyan, Andala & Akbar, 2023).

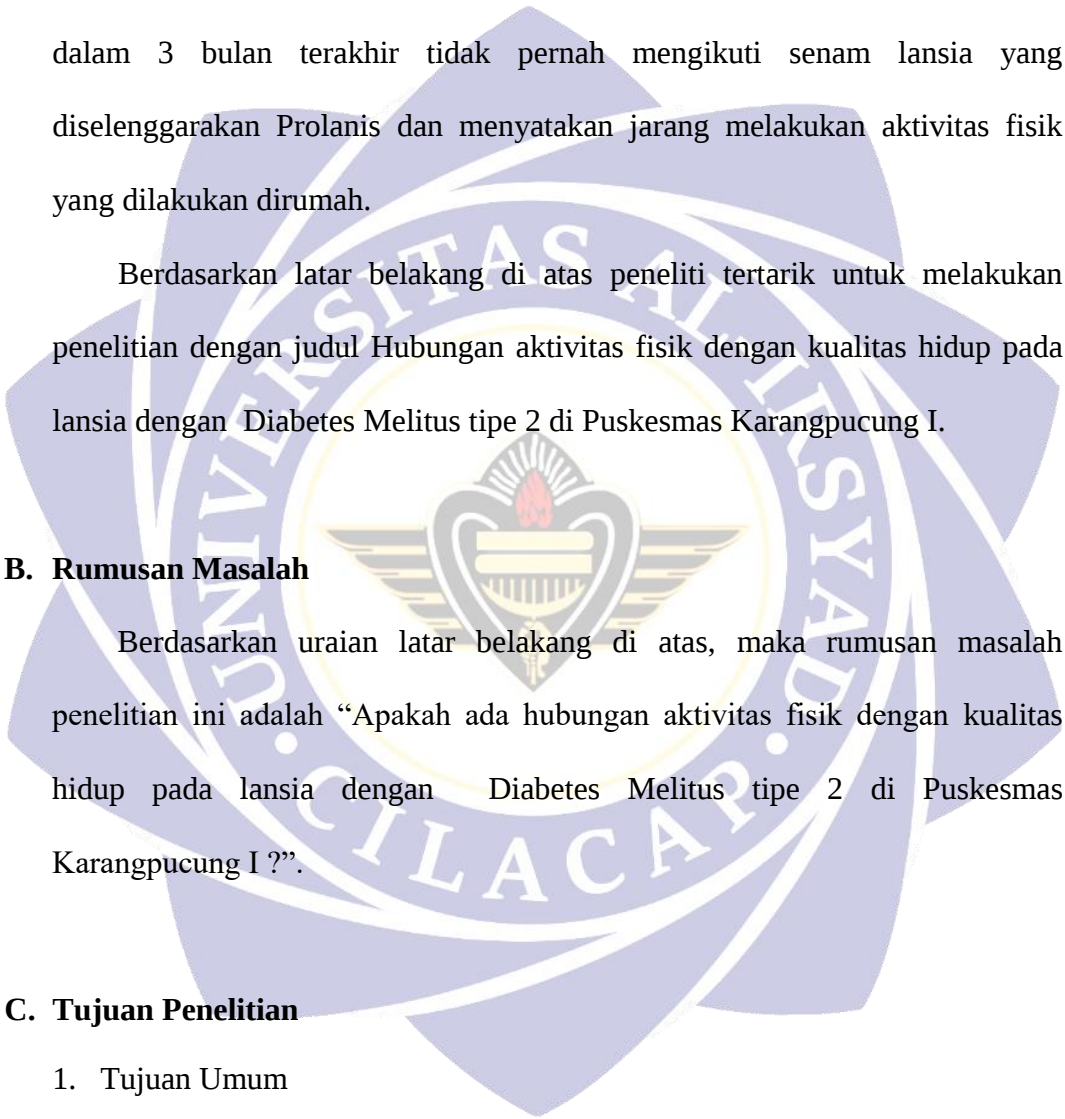
Lansia dengan DM tipe 2 dianjurkan untuk meningkatkan aktivitas fisik yang dilakukan dalam kegiatan sehari-hari, mulai dari aktivitas dengan intensitas ringan sampai sedang agar mampu mempertahankan kebugaran kardiorespirasi, otot, tulang, pengendalian glukosa darah, depresi, memperlambat penurunan kognitif dan meningkatkan kualitas hidup (Abdurrasyid, 2019). Hasil penelitian Balyan, Andala dan Akbar (2023) menunjukkan terdapat hubungan aktivitas fisik dan kualitas hidup pasien diabetes melitus ($p = 0,000$). Hasil penelitian .Eltrikanawati, Arini dan Chantika (2020) menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes melitus tipe 2 ($p = 0,001$) hasil penelitian Teli (2017) menemukan hasil yang berbeda dimana aktivitas fisik olah raga tidak berhubungan dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2 ($p = 0,052$).

Berdasarkan data dari Puskesmas Karangpucung I diketahui bahwa jumlah lansia yang mengikuti Prolanis adalah sebanyak 111 orang dimana 60 diantaranya adalah penderita DM tipe 2. Hasil studi pendahuluan dengan melakukan wawancara informal kepada 6 lansia dengan DM tipe 2 di

Puskesmas Karangpucung I, 3 lansia menyatakan merasa tidak nyaman akibat penyakit yang diderita 2 lansia menyatakan bahwa kondisi fisiknya sudah jauh menurun dan sering sakit-sakitan, dan 1 lansia menyatakan masih sehat dan nyaman walaupun menderita DM. Kemudian dari 2 lansia yang menyatakan bahwa kondisi fisiknya sudah jauh menurun dan sering sakit-sakitan keduanya dalam 3 bulan terakhir tidak pernah mengikuti senam lansia yang diselenggarakan Prolanis dan menyatakan jarang melakukan aktivitas fisik yang dilakukan dirumah.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I?”.


C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.

- b. Mengetahui gambaran kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.
- c. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kajian pustaka untuk semakin memperkuat teori tentang hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat merangsang penelitian lanjutan tentang aktivitas fisik dan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Karangpucung I

Menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 sehingga dapat dijadikan acuan dalam rangka meningkatkan pelayanan pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan DM tipe 2.

b. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi tentang hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2. Selain itu juga dapat dijadikan acuan dalam tindakan asuhan keperawatan pada lansia dengan DM tipe 2.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2, mengaplikasikan mata kuliah Metodologi Riset dan Riset Keperawatan serta merupakan pengalaman dalam melakukan penelitian.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan fokus dan tema yang hampir sama yang sudah pernah dilakukan sebelumnya diantaranya adalah :

1. Hubungan *Self Care* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus yang dilakukan Chaidir, Wahyuni, dan Furkhani tahun 2017

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yang dilakukan terhadap 89 orang responden dengan menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *The Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) dan kuesioner *The Diabetes Quality of Life Brief Clinical Inventory*. Hasil penelitian ini menggunakan uji *product moment* (*pearson correlation*), diperoleh nilai $r = 0.432$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara self care dengan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh yang berbanding lurus dan memiliki tingkat korelasi yang sedang.

2. Hubungan Lama Menderita dan Kejadian Komplikasi Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dilakukan oleh Setiyorini, dan Wulandari tahun 2019

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Hubungan lama menderita dan komplikasi diabetes mellitus tipe 2 dengan kualitas hidup pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2 yang berobat di poli penyakit dalam RSD Mardi Waluyo Blitar. Desain dalam penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia penderita DM tipe 2 yang berobat di poli penyakit dalam RSD Mardi Waluyo Blitar sebanyak 300 orang, dengan teknik sampling accidental sampling diperoleh sampel sebanyak 100 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner data umum dan kuesioner WHOQoL. Analisis data menggunakan Spearman Rank. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara lama menderita dengan kualitas hidup lansia penderita DM tipe 2 ($p=0,692$), dan tidak ada hubungan antara kejadian komplikasi DM dengan kualitas hidup lansia penderita DM tipe 2 ($p=0,545$).

3. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Penyakit Dalam RSUD Koja Jakarta yang dilakukan oleh Siregar et.al., tahun 2023

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di RSUD Koja Jakarta Tahun 2022. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan desain metode penelitian survey analitik dengan

pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus yang berjumlah 255 responden. Pengambilan sampel yang digunakan adalah consecutive sampling, dimana semua subjek penelitian yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan diikutsertakan dalam penelitian sampai jumlah subjek penelitian yang dibutuhkan terpenuhi sebanyak 61 responden. Berdasarkan hasil uji Chi-square menunjukkan bahwa nilai p-value ($0,000 < \alpha 0,05$), hal ini membuktikan bahwa ada hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di RSUD Koja Jakarta Tahun 2022.

4. Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Teladan Kota Medan yang dilakukan oleh Manurung dan Darungan tahun 2021

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Teladan Kota Medan. Penelitian ini bersifat deskripif, dengan desain *cross sectional* Sampel berjumlah 81 orang yang ditentukan dengan cara random sampling dengan pengolahan data menggunakan uji analisa data univariat dengan hasil terbanyak adalah umur 40 - 50 tahun yaitu sebanyak 38 responden (53,1%), dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 49 responden (60,5%), dan memiliki pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga yaitu sebanyak 21 responden (25,9%), memiliki komplikasi Polineuropati yaitu sebanyak 45 responden (53,1%), dengan Kualitas hidup baik pada penderita diabetes mellitus sebanyak 59 responden (72,8%).

Perbedaan dengan penelitian yang akan digunakan adalah pada instrumen untuk mengukur kualitas hidup menggunakan DQOL (*Diabetes Quality of Life*), objek penelitian di Puskesmas Karangpucung I dan teknik analisis menggunakan uji *Chi Square*.

