

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang tidak dapat terabaikan. Salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menyita banyak perhatian adalah diabetes mellitus. Diabetes merupakan salah satu penyakit yang jumlah penderitanya semakin bertambah dari tahun ke tahun dan di Indonesia merupakan ancaman serius bagi pembangunan kesehatan nasional.

Data *World Health Organization* (WHO) melaporkan jumlah pasien diabetes mellitus di dunia tahun 2015 sebesar 415 juta orang dewasa dan tahun 2040 diperkirakan jumlahnya akan menjadi 642 juta. Persentase orang dewasa dengan diabetes mellitus adalah 8,5% (1 diantara 11 orang dewasa menyandang diabetes mellitus). Hampir 80% orang diabetes ada di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2016).

Indonesia tahun 2015 menempati peringkat ke tujuh dunia untuk prevalensi penderita diabetes tertinggi bersama dengan China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia dan Meksiko dengan jumlah estimasi orang dengan diabetes sebesar 10 juta (WHO, 2016). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi diabetes di Indonesia yang terdiagnosis dokter sebesar 2,5%, tertinggi terdapat di DI Yogyakarta (2,6%), DKI Jakarta (2,5%), Sulawesi Utara (2,4%) dan Kalimantan Timur (2,3%). Prevalensi diabetes yang terdiagnosis dokter atau gejala, tertinggi terdapat di Sulawesi Tengah (3,7%), Sulawesi Utara (3,6%), Sulawesi Selatan (3,4%) dan Nusa Tenggara Timur (3,3%) sedangkan untuk wilayah Kalimantan Selatan sebesar (1,4%) (Kemenkes RI, 2013).

Penyakit diabetes merupakan penyakit yang disebabkan oleh gangguan-gangguan pada penyerapan gula darah oleh tubuh, sehingga membuat kadarnya

di dalam darah menjadi tinggi. Tingginya kadar gula dalam darah inilah yang menyebabkan diabetes dan pada gilirannya menimbulkan berbagai komplikasi kesehatan lainnya. Penyakit diabetes yaitu penyakit yang timbul dari adanya kondisi kadar gula darah yang tinggi (*hiperglikemia*) (Helmawati, 2014).

Ketika seseorang mengalami diabetes maka pankreas orang tersebut tidak dapat menghasilkan cukup insulin untuk menyerap gula yang diperoleh dari makanan. Hal tersebut yang menyebabkan kadar gula darah menjadi tinggi karena timbunan gula dari makanan yang tidak dapat diserap dengan baik dan dibakar menjadi energi, selain itu insulin yang cacat atau tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin dengan baik juga bias menjadi penyebab munculnya kadar gula darah yang tinggi (Fauzi, 2014).

Menurut Helmawati (2014) secara garis besar pengendalian kadar gula darah yang tinggi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu pengobatan dengan penggunaan obat glikemik oral (*Oral Hypoglycemic Agents/OHA*) dan terapi penurunan gula darah melalui penerapan gaya hidup sehat dengan melakukan diet dan olahraga/latihan fisik yang sesuai.

Salah satu jenis latihan fisik yang direkomendasikan untuk penderita diabetes melitus tipe II adalah jalan kaki. Menurut *American College of Sports Medicine* (ACSM) aktivitas berjalan kaki merupakan bentuk aktivitas fisik yang direkomendasikan untuk dilakukan sehari-hari. Apabila aktivitas berjalan kaki dilakukan sesuai rekomendasi ACSM seperti bertelanjang kaki atau hanya dengan beralaskan sepatu bersol sangat tipis, hal ini dapat membantu seseorang keluar dari pola hidup yang tidak aktif menjadi pola hidup yang aktif. Jalan kaki yang dilakukan dalam frekuensi tertentu bahkan dapat menurunkan resiko terkena penyakit metabolik seperti diabetes melitus (kencing manis) (Isrofah, 2015).

Hasil penelitian Tasman (2017) menunjukkan ada pengaruh latihan fisik jalan kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II di Kota Padang. Jalan kaki dilakukan 3 kali dalam seminggu selama 30 menit. Hasil pengukuran kadar gula penelitian tersebut adalah rata-rata kadar gula darah sebelum melakukan jalan kaki adalah 221,86 mg/dl dan rata-rata kadar gula darah pasien setelah melakukan jalan kaki adalah 171,84 mg/dl. Hal ini menggambarkan adanya perubahan rata-rata kadar gula darah sebelum dan sesudah jalan kaki pada pasien DM Tipe II.

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan jumlah pasien diabetes mellitus tahun 2015 sebanyak 15.995 orang dan tahun 2016 sebanyak 11.065 orang. Data dari Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin jumlah pasien diabetes mellitus tahun 2015 sebanyak 7.597, tahun 2016 sebanyak 10.664 orang sedangkan Januari-Oktober 2017 sebanyak 11.741 orang dan dari data tersebut jumlah pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam yaitu sebanyak 1.258 orang (10,7%).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 10-12 Januari 2018 kepada 5 orang pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin didapatkan bahwa selama ini mereka tidak mengetahui dan belum pernah melakukan latihan jalan kaki untuk menurunkan kadar gula darah.

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin dikarenakan menurut data diatas menunjukkan bahwa jumlah pasien diabetes mellitus tipe II setiap tahunnya cenderung mengalami kenaikan dibandingkan dengan tahun sebelumnya, selain itu di Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin belum ada penelitian terkait dengan judul penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Jalan Kaki terhadap Kadar Gula Darah Pasien

Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat diambil dari latar belakang masalah diatas adalah “Apakah ada pengaruh antara jalan kaki terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh jalan kaki terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II sebelum jalan kaki di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin

1.3.2.2 Mengidentifikasi kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II sesudah jalan kaki di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh jalan kaki terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan atau sumber bacaan di Perpustakaan Institusi pendidikan tentang diabetes mellitus.

1.4.2 Bagi perawat

Memberikan masukan bagi perawat sehingga dapat memberikan konseling dan pendidikan kesehatan yang tepat bagi pasien diabetes mellitus.

1.4.3 Bagi Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin

Penelitian ini dapat memberikan informasi atau masukan tentang pengaruh jalan kaki terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus.

1.5 Penelitian Terkait

Adapun penelitian terkait yang pernah dilakukan antara lain:

1.5.1 Penelitian yang dilakukan Sulistiyowati (2017) dengan judul Pengaruh Senam Kaki terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Cawas 1.

Desain penelitian *pretes-posttes control group design*. Populasi dan sampel adalah pasien DM Tipe II di wilayah kerja Puskesmas Cawas 1. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling. Hasil penelitian ada pengaruh senam kaki terhadap kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Cawas 1 (*p value* = 0,000).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut yaitu desain penelitian, populasi dan sampel, teknik sampling, variabel bebas, tempat penelitian dan tahun penelitian. Desain penelitian tersebut adalah *pretes-posttes control group design* sedangkan desain penelitian ini adalah *pretes-posttes one group desain*. Populasi penelitian tersebut adalah penderita DM Tipe II di wilayah kerja Puskesmas Cawas 1 sedangkan populasi penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin. Pengambilan sampel dalam penelitian tersebut dengan teknik total sampling sedangkan penelitian ini menggunakan *porpusive sampling*. Variabel bebas dalam penelitian tersebut adalah senam kaki sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah jalan kaki. Penelitian tersebut dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Cawas 1

Yogyakarta tahun 2017 sedangkan penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin tahun 2018.

1.5.2 Penelitian yang dilakukan Abidah (2016) dengan judul Hubungan Kebiasaan Aktifitas Fisik Pasien Diabetes Mellitus dengan Kadar Gula Darah di Rumah Sakit Umum dr. Fauziah Bireuen.

Desain penelitian adalah korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian tersebut adalah pasien DM tipe II di Rumah Sakit Umum dr Fauziah Bireun. Sampel berjumlah 37 orang dengan teknik pengambilan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara kebiasaan aktifitas fisik pasien diabetes mellitus dengan kadar gula darah di Rumah Sakit Umum dr. Fauziah Bireun (*p value* = 0,660).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut yaitu pada desain penelitian, variabel, populasi dan sampel dan tempat penelitian. Desain penelitian tersebut korelasional dengan pendekatan *cross sectional* sedangkan desain penelitian ini adalah *pra eksperimen* dengan pendekatan *pretes-posttes one group desain*. Variabel bebas penelitian tersebut adalah kebiasaan aktifitas fisik sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah jalan kaki. Populasi penelitian tersebut adalah pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Umum dr Fauziah Bireuen sedangkan populasi penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin. Penelitian tersebut dilakukan di Rumah Sakit Umum dr. Fauziah Bireuen tahun 2016 sedangkan penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin tahun 2018.

1.5.3 Penelitian yang dilakukan Tasman (2017) yang berjudul Pengaruh Latihan Fisik Jalan Kaki terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Kota Padang.

Desain penelitian *pretes-posttes control group design*. Populasi dan sampel adalah pasien DM Tipe II di kota Padang. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Hasil penelitian ada pengaruh latihan fisik jalan kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II di Kota Padang (*p value* = 0,000).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut yaitu variabel bebas, populasi dan sampel, tempat penelitian dan tahun penelitian. Variabel bebas dalam penelitian tersebut adalah latihan fisik jalan kaki sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah jalan kaki. Populasi penelitian tersebut adalah pasien DM Tipe II di kota Padang sedangkan populasi penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin. Penelitian tersebut dilakukan di kota Padang tahun 2017 sedangkan penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin tahun 2018