

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa lebih kurang 463 juta orang di seluruh dunia pada usia 20 hingga 79 tahun menderita diabetes, setara dengan 9,3 persen dari total penduduk pada usia tersebut. Indonesia berada di peringkat ke-7 di antara 10 negara dengan jumlah penderita diabetes, dengan 10,7 juta orang. menjadi satu – satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi diabetes di Asia Tenggara. Lalu dua tahun berikutnya, menurut IDF 2021 Dengan 19,47 juta pasien diabetes, Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan jumlah penduduk sebanyak 179,72 juta jiwa, berarti 10,6% penduduk Indonesia menderita diabetes. Menurut IDF, 81% penderita diabetes tinggal di negara-negara dengan tingkat keluhan rendah dan sedang. IDF memperkirakan bahwa 44% orang dewasa penderita diabetes tetap tidak terdiagnosis karena alasan ini. (Pahlevi, 2021)

Menurut IDF, diabetes adalah salah satu keadaan darurat kesehatan global yang tumbuh paling cepat di abad ke-21. Diabetes diperkirakan akan mempengaruhi 537 juta orang pada tahun 2021; pada tahun 2030, diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta, dan pada tahun 2045, menjadi 783 juta. Selain itu, diproyeksikan bahwa 541 juta orang akan mengalami penurunan toleransi glukosa pada tahun 2021. Biaya pengobatan

langsung terkait diabetes saat ini menjadi beban. mendekati \$1 triliun USD dan akan melampauinya pada tahun 2030. (International Diabetes Federation, 2021)

Berdasarkan statistik Riskesdas Indonesia tahun 2018, tren prevalensi diabetes melitus di Indonesia meningkat dari 6,9% menjadi 8,5%, Mayoritas pasien DM (sekitar tiga dari empat) tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut, dan klien tidak diberitahu tentang kontrol rutin, yang merupakan masalah DM saat ini. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2020, tren prevalensi penyakit diabetes melitus di Jawa Barat meningkat menjadi 21,36% dengan total penderita penyakit tersebut sebanyak 1.078.857 orang. Menurut data dinas Kesehatan kota bogor menunjukkan bahwa pengidap diabetes mellitus terjadi kenaikan pada tahun 2020 pengidap diabetes mellitus berjumlah 17.431 orang. Angka bertambah pada tahun 2021 hingga mencapai 17.801 orang.

Peningkatan jumlah penderita DM setiap tahunnya tentu akan menimbulkan munculnya faktor risiko. Mencegah dan menangani diabetes sangat penting untuk membantu mereka yang saat ini memiliki faktor risiko untuk mencegah berkembangnya diabetes, serta membantu mereka yang sudah memiliki kondisi tersebut untuk mengelolanya agar terhindar dari komplikasi. Empat pilar pengelolaan diabetes tipe 2 pendidikan, terapi farmasi, aktivitas fisik, dan terapi nutrisi yang digunakan untuk menangani penyakit ini.(Eprianti et al., 2022)

Hasil penelitian Sholikhah (2021) Setelah mendapat latihan Jalan Cepat satu kali sehari dengan durasi 30 menit selama tiga hari, ketidakstabilan glukosa darah pada pasien diabetes melitus dengan masalah keperawatan menunjukkan kadar glukosa darah mengalami penurunan dari tinggi ke normal. Didukung oleh penelitian Lukman Fauzi (2013) yang berjudul “Intensitas Jalan Kaki Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah” mengklaim bahwa jalan kaki dapat menurunkan gula darah sebesar 32,92 miligram/dl dengan intensitas sedang, menurut 12 responden. Sedangkan perbedaan rata-rata yang terdapat pada 12 responden dengan intensitas jalan cepat adalah 37,75 mg/dl.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus yang berjudul “Penerapan Latihan Jalan Cepat Terhadap Penurunan Gula Darah Pada Pra Lansia Dengan Diabetes Melitus di RW 09 Kelurahan Bubulak”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis merumuskan masalah dalam penelitian studi kasus ini sebagai berikut “Bagaimana pengaruh latihan jalan cepat terhadap tingkat kadar gula darah pada pra lansia dengan diabetes melitus tipe 2 setelah dilakukan penerapan latihan jalan cepat?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran penerapan latihan jalan cepat dapat menurunkan kadar gula darah pada pra lansia dengan diabetes mellitus tipe 2 di RW 09, Kelurahan Bubulak.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik pra lansia dengan diabetes melitus tipe 2 terhadap latihan jalan cepat di RW 09 Kelurahan Bubulak
- b. Mengetahui penerapan latihan jalan cepat terhadap penurunan tingkat kadar gula darah dengan diabetes melitus tipe 2 di RW 09 Kelurahan Bubulak.
- c. Mengetahui hasil evaluasi penerapan latihan jalan cepat terhadap penurunan tingkat kadar gula darah dengan diabetes mellitus tipe 2 di RW 09 Kelurahan Bubulak

D. Manfaat penelitian

1. Institusi Pendidikan

Selain dapat menjadi masukan dan referensi berharga bagi kemajuan ilmu keperawatan, hasil studi kasus penelitian ini diharapkan juga dapat bermanfaat bagi proyek penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh institusi terkait, khususnya di bidang keperawatan komunitas.

2. Institusi Pelayanan Kesehatan / tempat penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai data hasil penelitian studi kasus yang dapat dijadikan dasar pembuatan Keputusan atau program bagi Puskesmas kelurahan Bubulak di daerah cakupan salah satu program khususnya yaitu penerapan latihan jalan cepat pada usia pra lansia dengan diabetes mellitus

3. Profesi Keperawatan

Data dan hasil yang diperoleh dari penelitian studi kasus ini dapat digunakan sebagai pedoman maupun sebagai tolak ukur upaya perawat untuk meningkatkan dan mempertahankan mutu pelayanan.

4. Peneliti

Setiap Langkah, rangkaian, dan hasil dari setiap kegiatan penelitian diharapkan dapat meningkatkan pemahaman peneliti tentang cara memanfaatkan latihan jalan cepat untuk menurunkan kadar gula darah dan memberikan pengalaman berharga untuk mengasah kemampuan penelitian ilmiahnya.