

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menguraikan tentang gambaran Aktivitas Fisik dan Status Gizi Pasien Diabetes Melitus di Poli penyakit dalam RS PMI Kota Bogor. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 3-8 Mei 2021. Pengambilan data dilakukan dengan teknik *Purposive sampling* sebanyak 44 responden kemudian dilakukan pengolahan data yang terdiri dari *editing*, *coding*, *data entry* dan *cleaning data*. Analisis data dilakukan dalam bentuk tabel kemudian diinterpretasikan dalam bentuk narasi/tekstular.

1. Gambaran Wilayah Penelitian

Rumah Sakit Palang Merah Indonesia (PMI) Kota Bogor di resmikan pada tahun 1951 dan pada tahun 1970 mendapatkan status rumah sakit tipe C, RS PMI beralamat di Jl. Raya Pajajaran No.80, RT.02/RW.05, Tegallega, Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor, Jawa Barat 16143. Rumah Sakit PMI memiliki fasilitas Instalasi Gawat Darurat, rawat jalan, rawat inap, intensif care, penunjang medik, medical check-up, hemodialisa, klinik thalasemia, bank darah, klinik kosmetik medik, ESWL, endoscopy, USG 4D, poli klinik dan layanan lainnya.

Poli klinik penyakit dalam memiliki jumlah pasien diabetes mellitus yang tergolong banyak berdasarkan data yang di dapatkan pada bulan Januari – April 2021 sebanyak 332 pasien penderita diabetes

melitus, sehingga dirasa cocok dan dapat memenuhi kebutuhan responden dalam penelitian ini.

2. Karakteristik Responden

Untuk mengetahui karakteristik responden, baik dari usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lamanya menderita DM dapat dilihat dari tabel berikut:

a. Usia

Diagram 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia
di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor pada Bulan Mei 2021

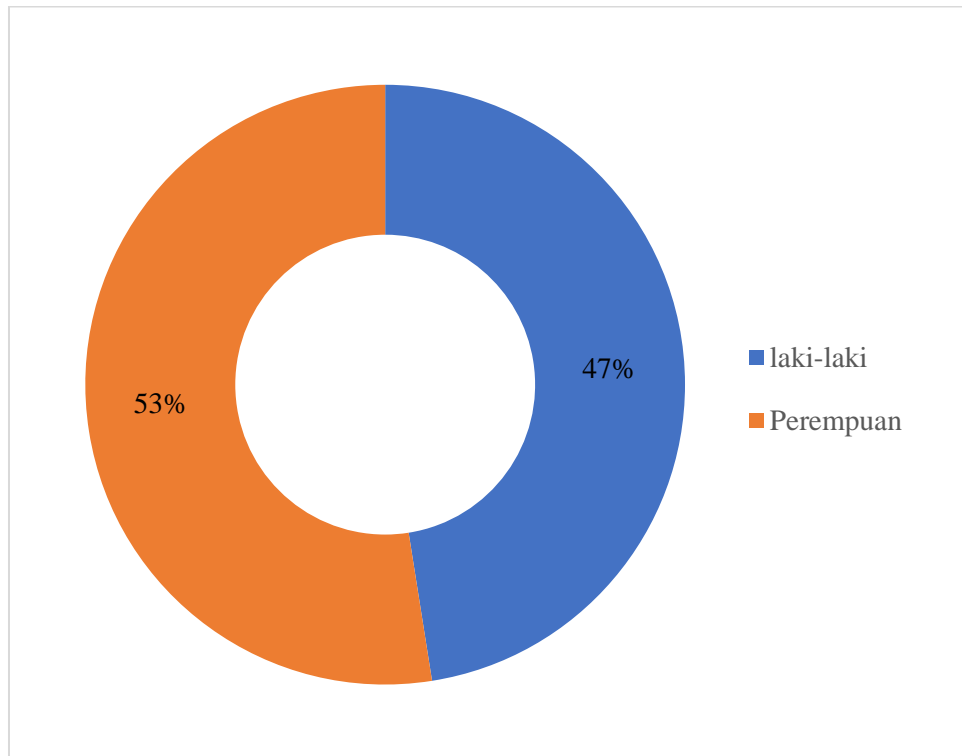
Variabel	Mean	Median	Modus	Min	Max	Jumlah Sampel (N)
Usia	55	54	60	39	77	40

Interpretasi Data:

Berdasarkan diagram 5.1 di atas dapat dilihat bahwa rata-rata responden berusia 55 tahun dari hasil 40 responden, dimana responden paling rendah berusia 39 tahun dan paling tinggi berusia 77 tahun.

b. Jenis Kelamin

Diagram 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jenis kelamin
di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor pada Bulan Mei 2021
(n=40)

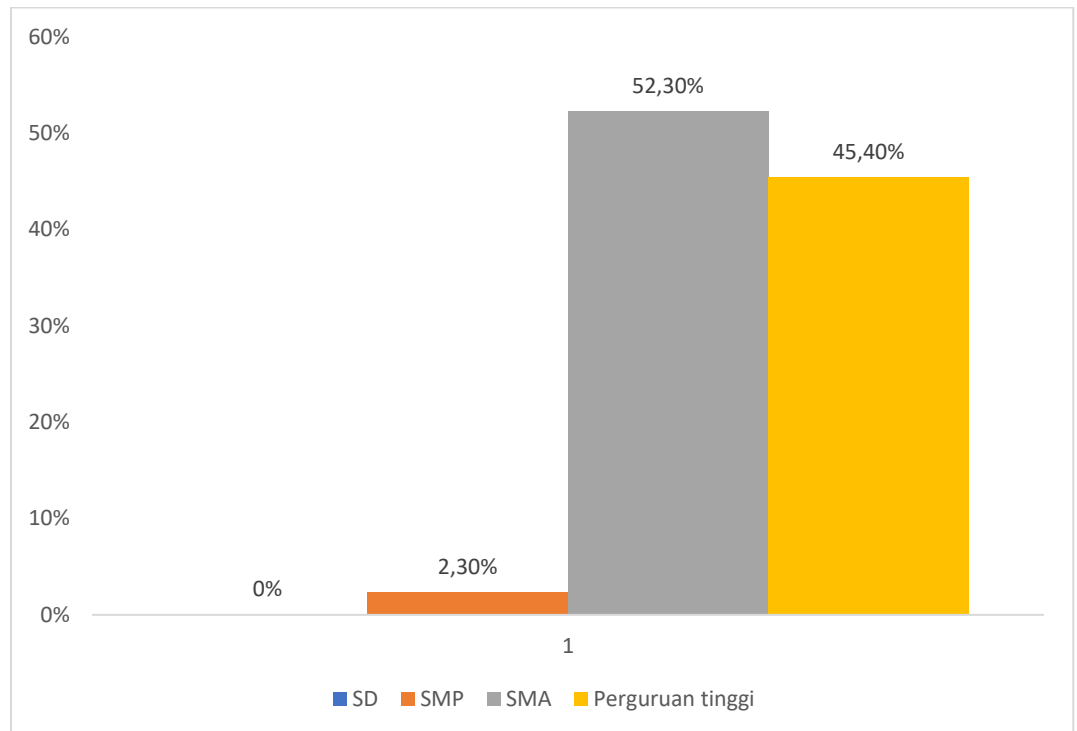


Interpretasi Data:

Berdasarkan diagram 5.2 di atas dapat dilihat bahwa lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 21 responden (53%) dan kurang dari setengahnya berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 19 responden (47%).

c. Pendidikan

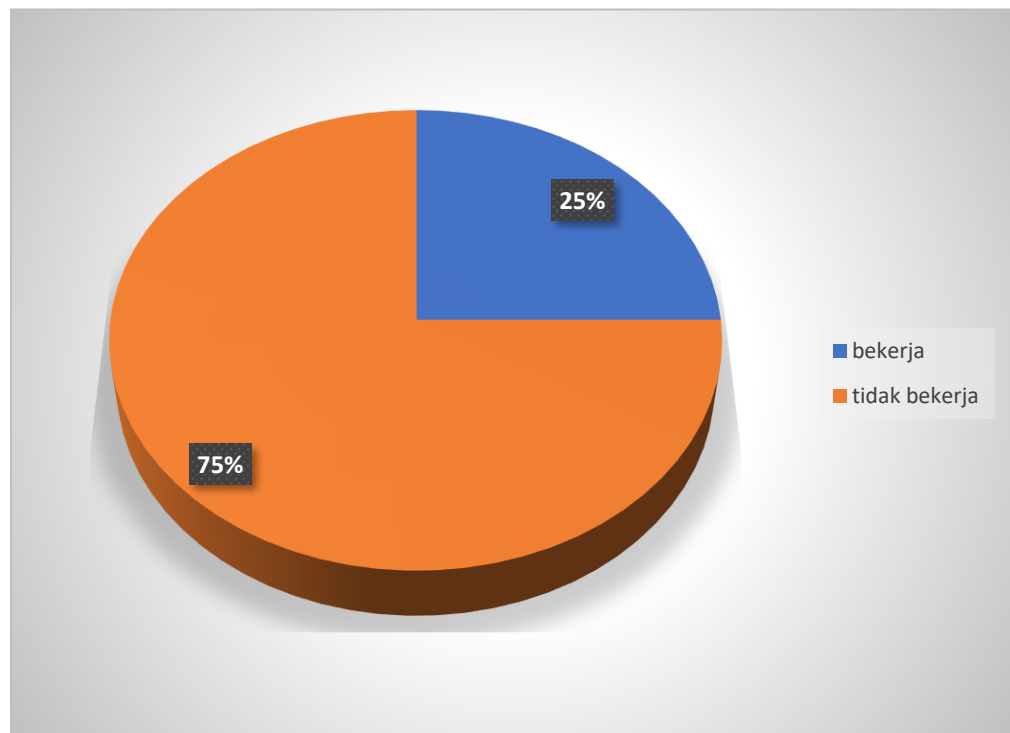
Diagram 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan
di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor pada Bulan Mei 2021
(n=40)

**Interpretasi Data:**

Berdasarkan diagram 5.3 di atas dapat dilihat bahwa lebih dari setengah responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 21 responden (52,3%), kurang dari setengahnya berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 18 responden (45,4%), dan sebagian kecil berpendidikan SMP yaitu sebanyak 1 responden (2,3%), tidak satupun yang memiliki Pendidikan terakhir SD.

d. Status pekerjaan

Diagram 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan
di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor pada Bulan Mei 2021
(n=40)

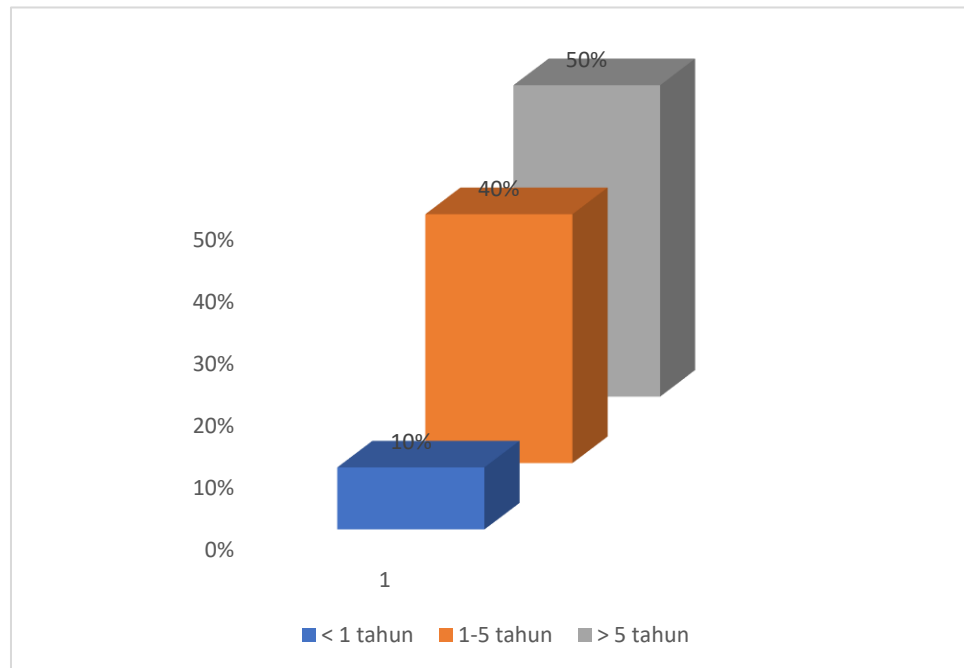


Interpretasi Data:

Berdasarkan diagram 5.4 di atas dapat dilihat bahwa lebih dari setengah responden sudah tidak bekerja yaitu sebanyak 30 responden (75%), sebagian kecil responden masih ada yang bekerja yaitu sebanyak 10 responden (25%).

e. Lamanya Menderita DM

Diagram 5.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lamanya Menderita DM di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor pada Bulan Mei 2021 (n=40)



Interpretasi Data:

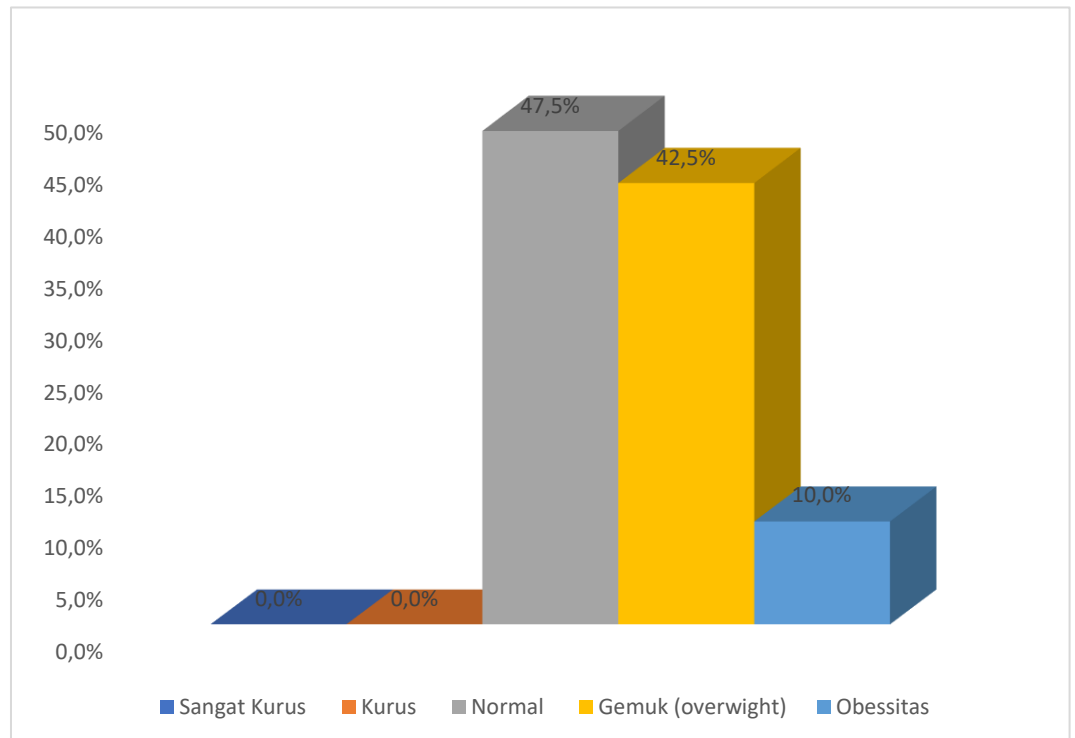
Berdasarkan diagram 5.4 di atas dapat dilihat bahwa lebih dari setengah responden mengalami diabetes > 5 tahun sebanyak 20 responden (50%), kurang dari setengah responden mengalami diabetes 1-5 tahun sebanyak 16 responden (40%), dan sebagian kecil mengalami diabetes < 1 tahun sebanyak 4 responden (10%).

3. Variabel

Setelah dilakukan penelitian Status Gizi dan Aktivitas Fisik pasien DM di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota Bogor didapatkan hasil sebagai berikut:

a. Status Gizi

Diagram 5.6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi
Pasien Diabetes Melitus di Poli Penyakit Dalam RS PMI Kota
Bogor pada Bulan Mei 2021 (n=40)

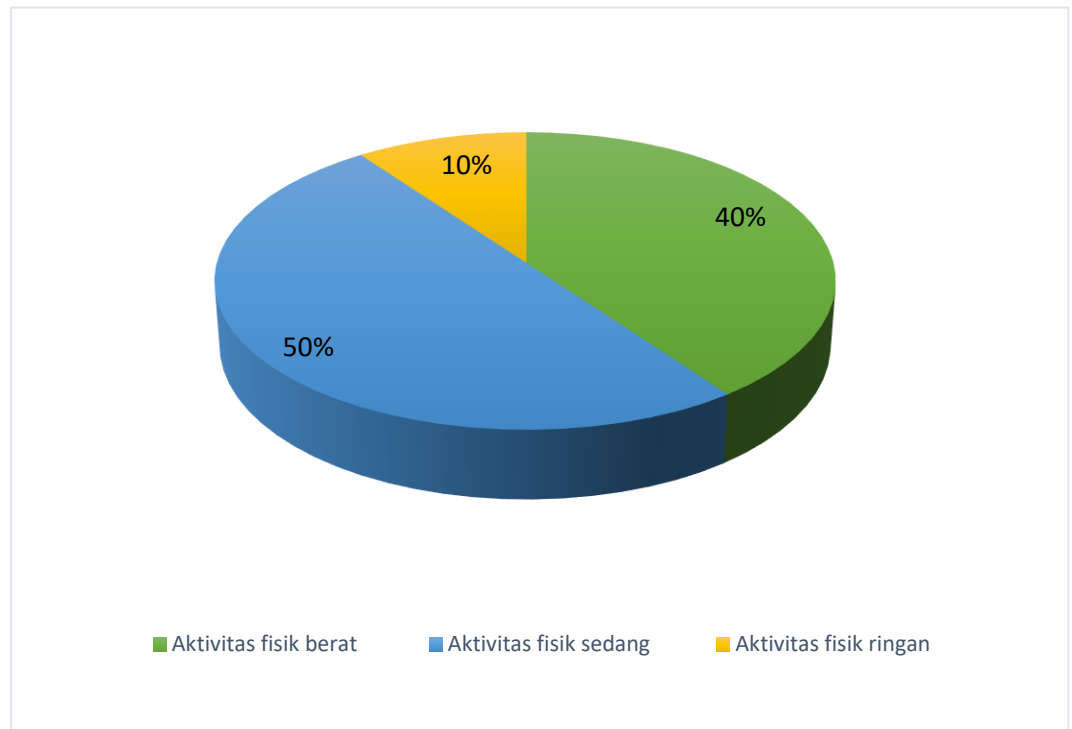


Interpretasi Data:

Berdasarkan diagram 5.6 di atas memaparkan bahwa kurang dari setengah responden memiliki IMT normal (18,5-25) yaitu sebanyak 19 responden (47.5%), IMT gemuk (>25-27) yaitu sebanyak 17 responden (42.5%) sebagian kecil yaitu 4 responden (10%) memiliki IMT tergolong obesitas.

b. Aktivitas Fisik

Diagram 5.7
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik
Pasien Diabetes Melitus di SMK Pembangunan Kota Bogor
pada Bulan Mei 2019
(n=40)



Interpretasi data:

Berdasarkan diagram 5.7 didapatkan bahwa dari setengah responden memiliki aktivitas fisik sedang sebanyak 20 responden (50%), aktivitas fisik berat sebanyak 16 responden (40%), dan sisanya memiliki aktivitas fisik ringan sebanyak 4 responden (10%).

B. Pembahasan

Pada pembahasan ini akan diuraikan tentang kesesuaian dan kesenjangan antara konsep teoritik dengan hasil penelitian:

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan penelitian ini usia responden bervariasi dengan rata-rata usia responden yaitu 55 tahun dimana responden paling muda berusia 39 tahun dan paling tua berusia 77 tahun.

Hasil yang sama juga diperoleh pada penelitian yang dilakukan oleh Kekenusa dkk (2013) dengan judul “Analisi Hubungan antara Umur dan Riwayat Keluarga Menderita DM dengan kejadian DM tipe II pada Pasien Rawat Jalan dalam Blu Poliklinik Penyakit Dalam RSUP Prof. R.D. Kandou Manado” didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara umur dengan kejadian Diabetes mellitus, hasil penghitungan didapatkan responden yang berumur ≥ 45 tahun menderita DM lebih banyak (56,3%) dibandingkan yang berumur < 45 tahun, seorang yang berumur ≥ 45 tahun memiliki risiko 8 x lebih besar terkena penyakit DM tipe II dibandingkan dengan orang yang berumur kurang 45 tahun.

Selain itu menurut Komariah (2020) faktor usia berhubungan dengan fisiologi usia tua dimana semakin tua usia, maka fungsi tubuh juga mengalami penurunan, termasuk kerja hormon insulin

sehingga tidak dapat bekerja secara optimal dan menyebabkan tingginya kadar gula darah.

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti memaparkan bahwa lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 21 responden (53%) dan kurang dari setengahnya berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 19 responden (47%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Komariah dan Rahayu (2020), yang mendapatkan bahwa penderita DM paling banyak pada jenis kelamin perempuan sebanyak (60,4%) dan sejalan juga dengan penelitian Farsyi Novelia dalam *Billy Kepel and Hamel* (2013) yang menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus paling banyak pada jenis kelamin perempuan sebanyak (63,5%).

Penelitian ini juga sejalan dengan teori menurut Wahyuni (2013) perempuan lebih berisiko mengidap diabetes karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks massa tubuh yang lebih besar. Sindroma siklus bulanan (premenstrual syndrome), pasca-menopause yang membuat distribusi lemak tubuh menjadi mudah terakumulasi akibat proses hormonal tersebut sehingga perempuan berisiko menderita diabetes melitus tipe 2.

c. Pendidikan

Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari setengah responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 21 responden (52,3%), kurang dari setengahnya berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 18 responden (45,4%), dan sebagian kecil berpendidikan SMP yaitu sebanyak 1 responden (2,3%), tidak satupun yang memiliki Pendidikan terakhir SD.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020), didapatkan hampir setengah responden yang memiliki penyakit DM berpendidikan SMA/SMK (38%). Dalam hal ini, pendidikan sangat berpengaruh terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus.

Menurut Witasari dkk (2013) orang yang tingkat pendidikannya tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Dengan adanya pengetahuan tersebut orang akan menunjang terbantuknya perilaku kesehatan yang akan membuat pasien mengerti mengenai penyakitnya dan mengerti bagaimana harus mengubah perilakunya dan dapat mengendalikan kondisi penyakitnya sehingga dapat hidup lebih lama.

Menurut Prayogo (2013) Pendidikan dapat memberikan penilaian akan pentingnya tingkat kepatuhan, pengetahuan dan jadwal control pasien diabetes mellitus. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah pula mereka menerima

informasi, sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki pasien maka semakin tinggi tingkat kepatuhannya.

d. Pekerjaan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa sebagian besar responden sudah tidak bekerja yaitu sebanyak 30 responden (75%), sebagian kecil responden masih ada yang bekerja yaitu sebanyak 10 responden (25%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahmud (2018) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak (52%), dan sejalan juga dengan penelitian Syatriani (2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak (56,8%).

Seperti yang dijelaskan dalam penelitian Gabby (2014) bahwa seseorang yang tidak bekerja 1,5 kali lebih besar kemungkinannya menderita diabetes melitus. Hal ini terjadi karena seseorang yang tidak bekerja cenderung kurang dalam beraktivitas yang menyebabkan tidak optimalnya proses metabolisme dan pembakaran kalori di dalam tubuh, dalam kata lain aktivitas fisik juga memiliki peranan yang penting dalam upaya pencegahan penyakit diabetes melitus.

e. Lamanya Menderita DM

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa lebih dari setengah responden mengalami diabetes > 5 tahun sebanyak 20 responden (50%), kurang dari setengah responden mengalami diabetes 1-5 tahun sebanyak 16 responden (40%), dan sebagian kecil mengalami diabetes < 1 tahun sebanyak 4 responden (10%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Sari (2020) didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden telah menderita Diabetes Melitus kurang dari 10 tahun. Namun ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azla dkk (2020) dengan judul “Aktivitas Fisik, Durasi Penyakit dan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus (Dm) Tipe 2” yang dimana didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden sebanyak 21 orang (87,5%) telah menderita penyakit DM dalam kisaran waktu < 5 tahun, sebanyak 2 orang (8,3%) telah menderita penyakit DM dalam kisaran 5-10 tahun, sebanyak 1 orang (4,2%) telah menderita DM dalam kisaran >10 tahun.

Menurut Laila (2017) lama menderita DM menjadi peran terhadap distres, seseorang yang telah lama menderita DM cenderung memiliki tingkat distres yang ringan yang mana orang tersebut sudah memiliki mekanisme coping yang baik dan dapat beradaptasi dengan penyakit yang dideritanya.

Seseorang yang telah lama menderita DM lebih mampu memahami dan mengontrol apa yang dirasakan baik secara fisik maupun psikologis. Hal ini terjadi karena orang tersebut telah berpengalaman terhadap penyakitnya sehingga lebih antisipasi terhadap kemungkinan apa yang akan terjadi.

2. Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian jawaban responden mengenai aktivitasnya selama 7 hari kebelakang didapatkan bahwa kurang dari setengah responden memiliki aktivitas fisik sedang sebanyak 20 responden (50%), aktivitas fisik berat sebanyak 16 responden (40%), dan sisanya memiliki aktivitas fisik ringan sebanyak 4 responden (10%).

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Nur dkk (2016) mendukung hasil penelitian ini, didapatkan hasil sebanyak 18 dari 37 responden (48,6%) memiliki aktivitas fisik sedang. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azitha dkk (2018) yang mendapatkan hasil sebanyak 84 responden (70%) memiliki aktivitas fisik ringan.

Dari hasil beberapa penelitian sebelumnya didapatkan banyak penderita diabetes mellitus yang mengalami kesulitan dalam beraktivitas, karena pasien diabetes mellitus mengalami keterbatasan gerak pada ekstremitas bawah (Mahanani, Natalia, Pangesti, 2015).

WHO (2013) menjelaskan secara garis besar kurangnya berolahraga atau beraktivitas fisik dapat meningkatkan risiko seseorang terkena diabetes melitus. Menurut PERKENI, aktivitas fisik merupakan salah satu salah satu dari empat pilar penatalaksanaan Diabetes Mellitus (DM). Aktivitas fisik seperti misalnya senam sangatlah bermanfaat dalam memperbaiki kepekaan insulin serta pengendalian kadar gula darah. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan energi. Kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis bahkan hingga dapat menyebabkan kematian secara global.

Aktivitas fisik mempunyai pengaruh yang kuat terhadap keseimbangan energi dan dapat dikatakan sebagai faktor utama. Latihan fisik pada penderita DM memiliki peranan yang sangat penting dalam mengendalikan kadar gula dalam darah, saat melakukan latihan fisik terjadi peningkatan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif sehingga secara langsung menyebabkan penurunan glukosa darah. Sebagian besar penyebab meningkatnya angka kejadian diabetes melitus adalah meningkatnya jumlah penduduk yang kelebihan berat badan atau obesitas (Ilyas, 2011).

Diketahui, masyarakat yang memiliki kebiasaan melakukan aktivitas fisik ringan mempunyai peluang untuk terkena DM 3,198 kali dibandingkan dengan masyarakat yang memiliki kebiasaan melakukan aktivitas berat, sedangkan masyarakat yang memiliki kebiasaan

melakukan aktivitas sedang mempunyai peluang lebih rendah terkena DM yaitu 1,933 kali dibandingkan dengan aktivitas berat setelah dikontrol oleh perilaku konsumsi biskuit, buah segar, sayur, makanan/minuman manis, makanan berlemak/berkolesterol/gorengan dan mie instan.

3. Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ini didapat bahwa kurang dari setengah responden memiliki IMT normal (18,5-25) yaitu sebanyak 19 responden (47.5%), IMT gemuk ($>25-27$) yaitu sebanyak 17 responden (42.5%) sebagian kecil yaitu 4 responden (10%) memiliki IMT tergolong obesitas.. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Komariah dan Rahayu (2020) menunjukkan bahwa penderita DM mayoritas memiliki indeks masa tubuh ≥ 25 sebanyak (48,5%). Penelitian lain oleh Adam dkk (2013) juga mendukung hasil penelitian ini, didapatkan penderita diabetes melitus paling banyak memiliki indeks masa tubuh ≥ 25 sebanyak (59,5%). Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani et al (2016) yang menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus lebih banyak yang memiliki status gizi yang tergolong obesitas tingkat 1 yaitu 33,3% dibandingkan dengan status gizi normal yaitu sebanyak 30%.

Berdasarkan penelitian ini kurang dari setengah responden memiliki status gizi yang tergolong normal. Menurut Daniels dalam Hasanah

(2018), salah satu upaya yang dapat dilakukan penderita diabetes melitus untuk menurunkan kadar gula darah adalah dengan menerapkan pola makan yang sehat dengan mencapai dan mempertahankan status gizi yang baik atau normal. Harjatmo (2017) menjelaskan bahwa Status Gizi atau nutritional status adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh, dan penilaian status gizi dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya ialah dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). Dalam Suryani, Rosdiana, dan Christianto (2016), dijelaskan bahwa status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi DM. Status gizi obesitas menyebabkan resistensi insulin yang dapat berdampak buruk terhadap jaringan, sedangkan status gizi yang kurang berperan dalam mudahnya seseorang terserang infeksi.

Menurut Theresia (2012) perempuan lebih banyak mengalami obesitas. Laki-laki memiliki masa otot lebih banyak dan menggunakan masa otot yang lebih banyak dari perempuan dikarenakan aktivitas yang lebih dan pembakaran kalori oleh otot lebih banyak di bandingkan perempuan. DM dipengaruhi oleh status gizi, status gizi obesitas menyebabkan resistensi insulin yang dapat berdampak buruk terhadap jaringan sehingga menimbulkan komplikasi kronis terutama obesitas sentral karena lipolisis pada obesitas sentral lebih resisten terhadap efek insulin dibandingkan dengan adiposit didaerah lain.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti telah berusaha sebaik mungkin untuk mendapatkan hasil yang optimal, namun peneliti tetap mengalami keterbatasan yaitu tidak tercapainya target yang telah di hitung, waktu pengumpulan data yang kurang, ada juga responden yang tidak berkenan untuk menjadi responden walaupun tidak terlalu banyak.

