

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Selama beberapa dekade terakhir, prevalensi Diabetes Melitus (DM) meningkat lebih cepat di negara berpenghasilan rendah dan menengah daripada di negara berpenghasilan tinggi. Diperkirakan 422 juta orang dewasa hidup dengan diabetes pada tahun 2014 (Kemenkes RI, 2018). Di Kabupaten Ciamis diperkirakan terdapat 23.857 kasus pada tahun 2018, dan 27.483 kasus pada tahun 2019 (Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis, 2019).

Pencegahan dan pengendalian DM membutuhkan perhatian semua orang dan juga kebijakan nasional. Kemenkes RI menganjurkan untuk melakukan pengendalian DM dengan cara penatalaksanaan 4 pilar. Penatalaksanaan 4 pilar dalam pengendalian DM yang dilakukan terhadap pasien DM memiliki hubungan signifikan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien (Fitri Suciana *at all*, 2019). Salah satu dari 4 pilar tersebut adalah melakukan perubahan perilaku yang terkait dengan aktivitas fisik (Kemenkes RI, 2018). Melakukan aktivitas fisik diperlukan bagi masyarakat agar terhindar dari sindroma metabolik, sehingga tercipta masyarakat yang memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang tinggi (Goenawan, *at all*, 2018). Aktivitas Fisik harus dilakukan secara konsisten dan rutin, hal ini berkontribusi dalam upaya mengatasi resistensi insulin dan meningkatkan sensitivitas insulin (Syafitri, *at all*, 2019), sehingga diharapkan bisa mengendalikan kadar Glukosa Darah pada penderita DM.

Dalam upaya pengendalian penderita DM di Kampung KB mandiri Masyarakat Gotong Royong (magot) Dusun Pasirpeuteuy, di sela-sela kegiatan aktivitas fisik rutin yang dilakukan, masyarakat di wilayah ini di dorong untuk melakukan kegiatan aktivitas fisik secara terstruktur berupa senam kebugaran, dengan harapan bisa mengendalikan kadar glukosa darahnya. Namun kesadaran masyarakat masih rendah dalam hal pengendalian penyakit DM ini, bahkan di wilayah ini masih ditemukan kadar Glukosa Darah yang tinggi dan dinyatakan sebagai penderita DM sebanyak 19 orang dari 50 orang yang diperiksa pada bulan Desember 2019 (Laporan PTM UPTD Puskesmas Imbanagara, 2019).

Berdasarkan hal tersebut di atas, apakah kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dan teratur masih relevan dan dapat mengendalikan kadar Glukosa Darah pada penderita DM di wilayah ini?, untuk itu penulis menganggap perlu untuk melakukan penelitian terhadap masyarakat Kampung KB. Mandiri Magot Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 Studi pada Masyarakat Kampung KB Mandiri Masyarakat Gotong Royong Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan ciamis, Kabupaten Ciamis” dengan harapan penelitian ini dapat memberikan edukasi atau sebagai usaha preventif dalam pengendalian penyakit DM, sehingga masyarakat di dusun ini dapat termotivasi untuk mengendalikan kadar Glukosa Darahnya dengan cara mengikuti kegiatan aktivitas fisik lain disela-sela kegiatan aktivitas fisik rutinnnya berupa senam kebugaran bersama yang diadakan di wilayah tersebut.

1.2. Rumusan Masalah

“Bagaimana Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 Studi pada Masyarakat Kampung KB. Mandiri Masyarakat Gotong Royong Dusun Pasirpeutey, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis?”

1.3. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 Studi pada Masyarakat Kampung KB. Mandiri Masyarakat Gotong Royong Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis.

1.4 . Manfaat Penelitian

1. Bagi Objek Penelitian

Penelitian ini akan memberikan informasi dan pemahaman kepada penderita DM bahwa aktivitas fisik yang bagus dan rutin dilakukan dapat membantu dalam pengelolaan kadar glukosa darah pada penderita DM.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber khasanah keilmuan untuk mahasiswa khususnya mahasiswa jurusan D-IV Analis Kesehatan di Poltekes Kemenkes Bandung dalam bidang Kimia Klinik, juga sebagai pedoman tolak ukur untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan pengalaman ilmiah yang sangat berharga dan dapat memberikan keterampilan dalam hal pemeriksaan