

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus atau DM merupakan kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemi) yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, aktivitas insulin dan keduanya (American, 2011). World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa prevalensi DM akan meningkat di seluruh dunia pada milenium ketiga ini, termasuk di Asia Tenggara, diantaranya Indonesia. Sebagian besar penyakit DM adalah DM tipe 2, sekitar 40% pasien DM mengalami masalah pada ginjal, sehingga masalah penyakit ginjal diabetik (PGD) akan mengalami peningkatan (Lubis, 2014).

Peningkatan prevalensi DM tipe 2 menunjukkan pentingnya upaya pencegahan dengan mengupayakan kadar glukosa darah dalam tubuh menjadi normal. Pemantauan kadar glukosa darah sangat penting karena glukosa darah adalah indikator untuk menentukan diagnosis penyakit DM. Kadar glukosa darah dapat diperiksa sewaktu dan ketika puasa. Seseorang didiagnosis menderita DM jika kadar glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dan kadar glukosa darah puasa ≥ 126 mg/dl. Pencegahan DM tipe 2 adalah dengan mengupayakan kadar glukosa darah dalam tubuh menjadi normal. Upaya menurunkan kadar glukosa darah melalui empat pilar penatalaksanaan DM seperti edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani dan terapi farmakologi (Waspadji, 2007).

Upaya pemerintah, dalam hal ini BPJS Kesehatan adalah melaksanakan pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif secara terintegrasi dengan melibatkan peserta, dan fasilitas kesehatan. Sistem pelayanan kesehatan terkait DM tipe 2 dan hipertensi disebut Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). Prolanis bertujuan mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal sesuai Panduan Klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit. Upaya pengendalian kadar glukosa darah pasien DM tipe 2 dilaksanakan dengan penyuluhan mengenai DM tipe 2, pemeriksaan kadar glukosa darah puasa dan 2 jam *post prandial*, senam diabetes, dan pemberian obat-obatan DM. (BPJS, 2014).

Senam bagi penderita diabetes berguna untuk mengontrol glukosa darah karena senam dapat membakar kalori yang ada pada tubuh dan membakar asupan kadar glukosa yang diubah menjadi energi. Senam diabetes berbeda dengan senam yang lain. Senam diabetes memiliki ritme serta kombinasi gerakan lebih ringan jika dibandingkan dengan senam untuk orang normal, hal ini disebabkan kondisi fisik penderita DM umumnya sangat lemah. Senam diabetes diharapkan dapat meningkatkan penggunaan glukosa tubuh sebagai energi (Perkeni, 2015).

Puskesmas Panguragan Kabupaten Cirebon merupakan salah satu Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) pelaksana untuk penderita hipertensi, DM Tipe 2 atau keduanya. Pasien Prolanis DM Tipe 2 berasal dari pasien yang terjaring melalui diagnosis dokter dan pemeriksaan glukosa darah di Puskesmas Panguragan. Senam diabetes dilaksanakan satu bulan sekali bersamaan dengan kegiatan Prolanis, namun tidak semua pasien bersedia mengikuti senam meski

sudah diberi penjelasan mengenai manfaat senam bagi pasien DM. Hal inilah yang menjadi alasan bagi penulis untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan kadar glukosa darah puasa bagi pasien DM tipe 2 sebelum dan sesudah melaksanakan senam.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang maka permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut : Bagaimana perbedaan kadar glukosa darah puasa sebelum dan sesudah senam diabetes pada pasien prolans DM tipe 2?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar glukosa sebelum dan sesudah senam diabetes pada pasien prolans DM tipe 2.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengukur kadar glukosa darah puasa sebelum senam diabetes pada pasien prolans DM tipe 2.
2. Mengukur kadar glukosa darah puasa sesudah senam diabetes pada pasien prolans DM tipe 2.
3. Menganalisis perbedaan kadar glukosa darah puasa sebelum dan sesudah senam diabetes pada pasien prolans DM tipe 2.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini bagi penulis adalah dapat menambah ketrampilan, wawasan dan pengetahuan mengenai pemeriksaan kadar glukosa darah puasa. Manfaat penelitian bagi pelaksana program Prolanis di Puskesmas Panguragan adalah sebagai bahan evaluasi dan referensi terhadap pelaksanaan kegiatan Prolanis sehingga dapat memberi masukan bagi pihak Puskesmas dan pihak yang berkepentingan untuk perkembangan dan kemajuan pelaksanaan Prolanis.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian Perbedaan Kadar Glukosa Darah Puasa Sebelum Dan Sesudah Senam Diabetes Pada Pasien DM Tipe 2

Peneliti	Judul	Hasil Penelitian
Anisah Khoirul, 2013	Perbedaan Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Senam Pasien Diabetes Melitus di Persadia RS Sari Asih Ciputat Tahun 2013	Ada perbedaan bermakna kadar gula darah sewaktu sebelum dan sesudah senam.
Ahmad Syauqy, 2015	Perbedaan Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Melitus Berdasarkan Pengetahuan Gizi, Sikap Dan Tindakan Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Islam Jakarta	Ada perbedaan bermakna kadar glukosa darah berdasarkan pengetahuan gizi, sikap dan perilaku terhadap pasien dengan diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Islam Jakarta.

Penelitian yang akan dilakukan bersifat orisinal, perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah obyek penelitian. Penelitian akan dilaksanakan pada pasien Prolanis DM tipe 2 yang mengikuti senam diabetes di Puskesmas Panguragan Kabupaten Cirebon. Variabel penelitian kadar glukosa darah puasa sebelum senam dan kadar glukosa darah puasa sesudah senam.