

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perubahan Indonesia dari negara agraris menjadi negara industri telah memberikan kecenderungan baru pada pola penyakit di masyarakat, mengakibatkan masyarakat merasakan perubahan penyakit yang cukup meyakinkan (Rahmala, Marufah, & Noviyanti, 2023). Keberhasilan dalam pengembangan dalam semua bidang, salah satunya dalam bidang kesehatan mengakibatkan meningkatnya angka harapan hidup di masyarakat. Di Indonesia sendiri mulai tahun 1995 hingga 2015 harapan hidup masyarakat melonjak pesat dari 66 tahun menjadi 70,1 tahun yang menandakan bahwa adanya peningkatan jumlah penduduk lanjut usia (Reswan, Alioes, & Rita, 2018).

Indonesia mulai bergabung dengan kategori negara yang memiliki populasi tua, karena proporsi warga lanjut usia di Indonesia sudah lebih dari 7% semenjak tahun 2000 (Reswan, Alioes, & Rita, 2018). Hal menyebabkan permasalahan kesehatan lanjut usia semakin meningkat, yang diakibatkan karena terjadinya proses penuaan dimana menyebabkan terjadinya berbagai perubahan seperti perubahan dalam aspek psikologis, sosial, dan penurunan sistem fungsional tubuh. Salah satunya adalah terganggu sistem pengaturan kadar gula darah (Gemini & Natalia, 2023).

Terganggunya sistem yang mengatur kadar gula darah dapat menyebabkan terjadinya peningkatan glukosa darah yang melebihi dari batas normal. Glukosa darah dapat meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang, sehingga lansia menjadi lebih rentan terkena penyakit DM. Pada lansia DM biasanya

memiliki sifat asimtomatik, meskipun memiliki tanda gejala namun biasanya gejala yang ditimbulkan tidak begitu jelas seperti kelelahan, tingkah laku yang berubah, merasa lelah, dan menurunnya kemampuan fungsional dalam tubuh yang mengakibatkan diagnosis DM pada lansia terlambat (Destri, Febrina, & Putri, 2019).

DM merupakan suatu kelainan metabolisme karbohidrat yang menyebabkan tubuh tidak dapat memanfaatkan glukosa secara efektif untuk sumber energi. Dimana tidak terkontrolnya produksi glukosa dalam proses glukoneogenesis dan glikogenolisis dapat menyebabkan hiperglikemia atau meningkatnya kadar glukosa dalam darah (ADA, 2024). DM disebut juga sebagai *silent killer disease*, karena mampu mengancam nyawa secara bertahap. Selain itu, DM juga dikenal sebagai *mother of all diseases*, dikarenakan dapat memicu berbagai penyakit lainnya, seperti tekanan darah tinggi, gangguan pembuluh darah, penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, hingga kebutaan (Lestari, Zulkarnain, & Sijid., 2021).

Jumlah masyarakat yang menderita DM di Indonesia telah mencapai 10,7 juta orang, dimana menyebabkan Indonesia berada pada posisi ke 7 dari 10 negara dengan jumlah kasus tertinggi (Retaningsih & Kora, 2022). Di kawasan Asia Tenggara sendiri kasus diabetes melitus terbesar berada di Indonesia, dikarenakan Indonesia menjadi satu-satunya negara yang terdapat dalam daftar tersebut. Data terbaru oleh IDF menyebutkan bahwa sekitar 19,46 juta masyarakat Indonesia menderita diabetes pada tahun 2021, yang diperkirakan akan meningkat 81,8% dibandingkan dengan tahun 2019 (Dinata dkk., 2022)

Prevalensi DM di Provinsi Bali mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2018 yang hanya 1,3% dan meningkat pada tahun 2023 menjadi 1,7% yang menjadikan Provinsi Bali berada pada peringkat ke 10 dari 34 Provinsi yang ada (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Dari 34.226 penderita DM yang ada di Bali, sudah hampir 30.856 orang penderita DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023). Dari informasi yang terdaftar di semua puskesmas di Kabupaten Tabanan pada tahun 2018, ada sebanyak 2.744 orang yang didiagnosis DM dan mengalami peningkatan di tahun 2023 dengan total mencapai 5.525 orang yang mengalami kondisi tersebut. Kecamatan Kerambitan sendiri berdasarkan data yang tercatat di Puskesmas Kerambitan I dan II terdapat 456 orang yang didiagnosis DM (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2023). Sementara itu di Banjar Carik, Desa Tista berdasarkan data posyandu lansia dari 150 lansia terdapat 7,33% lansia yang menderita penyakit DM.

Salah satu strategi untuk mengelola DM yang memanfaatkan peningkatan sensitivitas insulin yaitu aktivitas fisik. Dengan memanfaatkan glukosa sebagai sumber energi utama selama aktivitas fisik, diharapkan kadar glukosa darah dapat menurun. Latihan fisik juga mampu mencegah laju progresivitas gangguan toleransi glukosa yang akan menyebabkan DM (Azitha dkk., 2018) Salah satu aktivitas fisik yang biasanya dipraktikkan oleh lansia di Banjar Carik, Desa Tista adalah senam lansia, dimana senam lansia ini biasanya dipraktikkan setiap 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari selasa dan kamis. Kegiatan senam lansia ini diikuti oleh semua lansia di Banjar Carik, Desa Tista, namu terdapat beberapa lansia yang jarang ataupun tidak pernah mengikuti kegiatan senam lansia ini

Berdasarkan hasil penelitian oleh Utomo, dkk (2011) mengungkapkan bahwa olahraga yang dilakukan secara teratur dan dengan cara yang tepat memiliki hubungan signifikan dengan keberhasilan pengelolaan DM. Sebanding dengan penelitian yang dilakukan Rahmawati dan Healthy (2019) menemukan bahwa penderita DM dengan aktivitas fisik ringan memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami ketidakstabilan kadar gula darah dibandingkan dengan mereka yang melakukan aktivitas fisik sedang hingga berat (Siregar dkk., 2023).

Berdasarkan latar belakang diatas dan pemahaman yang lebih dalam dan lanjut mengenai kadar glukosa darah, penulis ingin mengkaji “Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan”. Dengan tujuan agar hal ini bukan hanya dapat bermanfaat bagi individu, tetapi juga dapat memberikan dampak positif pada sistem kesehatan secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakan Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan?”.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan berdasarkan usia, jenis kelamin, aktivitas fisik dan riwayat DM pada keluarganya.
- b. Mengukur kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan.
- c. Mendeskripsikan kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin, aktivitas fisik dan riwayat DM pada keluarganya.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Untuk menambah pengetahuan dan mampu mengaplikasikan ilmu yang diperoleh melalui penelitian tentang gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada lansia di Banjar Carik, Desa Tista, Kecamatan Kerambitan.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi masyarakat.

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat luas tentang pentingnya mengontrol kadar glukosa darah sedini mungkin dengan rutin melaksanakan pemeriksaan glukosa darah di pelayanan kesehatan terdekat. Karena, faktor pemicu DM adalah ketidakterkendaliannya kadar glukosa dalam darah.

- b. Bagi pemerintah (instansi kesehatan).

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan sebagai bahan pembelajaran terkait kesehatan khususnya mengenai glukosa darah.

c. Bagi peneliti

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi serta referensi bagi peneliti berikutnya yang akan melakukan penelitian terkait kadar glukosa darah sewaktu terutama pada lansia