

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik yang dikarenakan tingginya kadar glukosa dalam darah atau bisa karena kelainan kerja insulin. Penyakit Diabetes Melitus sampai saat ini tidak dapat disembuhkan, namun kadar glukosanya bisa dikendalikan agar tetap selalu normal (Soegondo, 2006). Dalam mengelola diabetes melitus langkah pertama yang harus dilakukan adalah pengelolaan non farmakologis yang salah satunya adalah Senam Diabetes Melitus (Novitasari, 2012). Di RSUD RAA SOEWONDO PATI telah dilaksanakan kegiatan senam sejak tahun 2014, namun belum pernah dilakukan penelitian tentang pengaruh kegiatan senam terhadap kadar glukosa darah. Menurut data rekam medis, penderita diabetes yang telah mengikuti kegiatan senam masih menunjukkan kadar glukosa darahnya tetap tidak bisa terkontrol, sehingga perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh senam diabetes terhadap kadar glukosa darah di RSUD RAA SOEWONDO PATI.

Penyakit Diabetes Melitus merupakan penyakit menahun yang sering terjadi di negara berkembang termasuk Indonesia. Menurut WHO Tahun 2010 warga Indonesia menyandang 8,4 juta jiwa dan tahun 2030 penderita DM akan mengalami kenaikan sebesar 21,3 juta jiwa (Kushariyadi, 2010). Salah satu wilayah yang mengalami perkembangan Penyakit Diabetes adalah

wilayah Jateng khususnya Kabupaten Pati. Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil kesehatan Kabupaten Pati menunjukkan bahwa jumlah penderita DM di Kabupaten Pati dari tahun 2013 sampai dengan 2015 mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2013 sebesar 13,6%, tahun 2014 menjadi 14,96%, dan tahun 2015 menjadi 15,77% . Penyakit Diabetes Melitus ini dapat menyebabkan komplikasi yang cukup serius. Komplikasi jangka pendek seperti hipoglikemia dan ketoasidosis, sedangkan komplikasi jangka panjang adalah gangguan sirkulasi darah. Selain dapat menyebabkan komplikasi, penyakit Diabetes Melitus ini dapat menurunkan produktivitas kinerja pasien (Padila, 2012).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Rachmawati (2010) tentang pengaruh aktifitas jogging terhadap kadar glukosa darah menunjukkan hasil yang signifikan. Selain aktifitas jogging, aktifitas lainnya seperti senam diabetes juga bisa menunjukkan hasil yang signifikan terhadap penurunan kadar glukosa darah , hal tersebut sudah diteliti oleh Afriza (2015) Fakultas Ilmu Keolahragaan dan juga diteliti oleh Bramasto Adi Prabowo(2012) Fakultas Kedokteran Unissula.

Berdasarkan Uraian diatas dan fenomena banyaknya penderita Diabetes Melitus dimasyarakat dan selalu terjadi peningkatan khususnya di wilayah Kabupaten PATI, maka akan dilakukan penelitian tentang “Pengaruh Senam Diabetes terhadap Kadar Glukosa Darah di Wilayah RSUD RAA SOEWONDO PATI”.

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan suatu masalah penelitian sebagai berikut Bagaimana Pengaruh Senam Diabetes terhadap Kadar Glukosa Darah di Wilayah RSUD RAA SOEWONDO PATI ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada Pengaruh Senam Diabetes terhadap Kadar Glukosa Darah di Wilayah RSUD RAA SOEWONDO PATI.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kadar glukosa darah sebelum dan sesudah dilakukan senam baik pada kelompok rutin maupun tidak rutin
- b. Untuk mengetahui perbedaan penurunan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah dilakukan senam antara kelompok rutin dengan kelompok tidak rutin

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar atau acuan penelitian selanjutnya mengenai pengaruh senam diabetes pada penderita diabetes.

1.4.2. Manfaat Praktis

Memberi informasi kepada penderita mengenai manfaat senam diabetes terhadap glukosa darah di RSUD RAA SOEWONDO PATI.