

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit diabetes mellitus saat ini menjadi salah satu penyebab kematian terbanyak di Indonesia. Diperoleh data bahwa penyebab kematian akibat DM pada kelompok usia 45-54 tahun di daerah perkotaan menduduki peringkat ke-2 yaitu sebanyak 14,7%. Dan daerah pedesaan, DM menduduki peringkat ke-6 yaitu 5,8% ( Riskesdas,2007 dalam RI Kemenkes, 2009).

Jika penyakit diabetes mellitus tidak ditangani dengan cepat dapat memicu komplikasi diantaranya adalah meningkatnya resiko penyakit jantung dan stroke, kerusakan saraf di kaki yang dapat menimbulkan ulkus diabetik infeksi bahkan sampai di amputasi, retinopati diabetikum akibat kerusakan pembuluh darah kecil di retina, resiko kematian 2 kali lipat dibanding bukan penderita diabetes (RI Kemenkes, 2014).

Penyakit diabetes termasuk salah satu penyakit kronis yang mudah cara perawatannya. Beberapa diantaranya adalah olahraga teratur, diet rendah gula, mengonsumsi obat oral dan suntik insulin. Jika semua cara tersebut dilakukan, maka kadar gula darah dapat terkendali (Putra dan Berawi, 2015). Namun berdasarkan hasil riskesdas (2013) terdapat 26,1% penduduk indonesia aktivitas fisiknya termasuk kurang aktif. Terdapat sebanyak 22 provinsi di Indonesia yang aktivitas fisiknya tergolong kurang aktif diatas rata-rata Indonesia. Dan 5 provinsi terbanyak dengan aktivitas fisik kurang

aktif yaitu provinsi DKI Jakarta (44,2%), Papua (38,9%), Papua Barat (37,8%), Sulawesi Tenggara dan Aceh (masing-masing 37,2%) Maka dari itu seringkali orang yang menderita diabetes tidak dapat mengontrol dengan baik kadar gula darahnya agar tetap normal.

Jika para penderita diabetes patuh olahraga teratur maka kadar glukosa darah tidak naik dan bisa stabil tanpa mengeluarkan biaya untuk berobat. Kadar gula darah bisa menurun dengan berolahraga karena ketika berolahraga otot akan beraktivitas dan membutuhkan glukosa, selain itu olahraga juga dapat menambah kepekaan insulin atau mengurangi keadaan hiperinsulinemia, mempertahankan kekuatan otot, mengendalikan berat badan, dan menambah kebugaran (Hidayat, 2017).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan olahraga pada pasien diabetes adalah pengetahuan, persepsi hambatan, manfaat, serta dukungan keluarga mempunyai pengaruh terhadap klien DM dalam kepatuhan olahraga. (Hasbi, 2012 ; Tiranda, 2013). Hasil penelitian Phitri dan Widiyaningsih (2013) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet pasien diabetes. Hal ini menunjukkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi kepatuhan olahraga untuk pasien diabetes.

Untuk meningkatkan kepatuhan olahraga, pengetahuan merupakan konsep dasar untuk mempengaruhi tindakan seseorang patuh olahraga. Karena pengetahuan mempengaruhi sikap, dan sikap mempengaruhi tindakan seseorang untuk patuh atau tidak patuh (Notoatmodjo, 2012).

Dalam kasus diabetes ini, pemerintah berusaha menurunkan angka kejadian diabetes dengan beberapa program yang diselenggarakan beberapa diantaranya yaitu melakukan skrining untuk mengetahui secara dini tentang diabetes agar tidak terlanjur menjurus ke komplikasi, selain itu adanya penyelenggaraan bersepeda dan jalan sehat pada hari peringatan diabetes seluruh dunia (Direktorat, 2016).

Hasil survey pendahuluan di Puskesmas Bangetayu Semarang didapatkan data dari 6 responden pasien diabetes, terdapat 2 diantaranya patuh mengikuti olahraga senam diabetes dan 4 diantaranya sangat jarang melakukan olahraga senam diabetes. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara sikap penderita diabetes mellitus dengan kepatuhan olahraga pada pasien diabetes mellitus.

## **B. Perumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana hubungan antara sikap dengan kepatuhan olahraga pada pasien diabetes mellitus tipe II”?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui hubungan sikap dengan kepatuhan olahraga pada klien diabetes mellitus tipe II

## 2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden
- b. Mendeskripsikan sikap klien diabetes mellitus tipe II
- c. Mendeskripsikan kepatuhan olahraga klien diabetes mellitus tipe II
- d. Menganalisis hubungan sikap dengan kepatuhan olahraga pada klien diabetes mellitus tipe II

## **D. Manfaat**

### 1. Untuk responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengetahuan yang bermanfaat di masyarakat agar lebih memahami manfaat olahraga untuk pasien yang menderita diabetes tipe II.

### 2. Untuk institusi

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan kajian dalam institusi pendidikan khususnya Ilmu Keperawatan Komunitas di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang mengenai hubungan sikap dengan kepatuhan olahraga pada klien diabetes mellitus tipe II.

### 3. Untuk peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan bagi tenaga kesehatan dalam konseling mengenai sikap kepribadian seseorang untuk meningkatkan kepatuhan berolahraga dalam menurunkan kadar glukosa darah yang berlebih.

#### 4. Untuk Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi teori baru untuk menambah ilmu pengetahuan tentang hubungan sikap dengan kepatuhan olahraga pada klien DM tipe 2.