

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Lansia atau menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang menyebabkan penyakit degenerative misal, hipertensi, arteriosklerosis, diabetes mellitus dan kanker (Nurrahmani, 2012). Peningkatan penduduk lansia membawa konsekuensi pada meningkatnya penyakit dan masalah kesehatan yang timbul akibat dampak penuaan. Selain itu penuaan menyebabkan daya tahan tubuh berkurang sehingga lansia mudah terkena penyakit. Penyakit terbanyak ke 2 yang diderita lansia adalah penyakit tidak menular diantaranya adalah diabetes mellitus (DM) (Kemenkes, 2016).

Data WHO tahun 2011 didapatkan jumlah penduduk dunia yang menderita diabetes mellitus meningkat setiap tahunnya, hal ini diakibatkan rendahnya pengetahuan dalam pola hidup sehat, gula darah yang tidak terkontrol pada lansia di akibatkan oleh pola hidup yang tidak sehat seperti pola makan yang tidak terkontrol, tidak menerapkan diet DM, kurangnya aktifitas bergerak atau kurang olahraga.

Data terbaru dari WHO (Badan Kesehatan Dunia, 2014) Indonesia menduduki peringkat keempat terbesar dalam jumlah penyandang DM di dunia. Indonesia menempati urutan keempat setelah India, Cina, dan Amerika. Penderita DM di seluruh dunia hampir mencapai 150 juta orang dan di Indonesia mencapai 8,4 juta orang.

Jumlah tersebut akan meningkat dua kali lipat pada tahun 2025 dan paling banyak terjadi di negara-negara berkembang, terutama di Asia Tenggara.

Menurut Kemenkes (2018), di Indonesia penyakit diabetes melitus mengalami peningkatan menjadi 8,5% yang awalnya 6,9% menurut hasil pemeriksaan glukosa darah, sedangkan tertinggi adalah hipertensi yang meningkat menjadi 34,1% yang awalnya 25,8% menurut hasil pemeriksaan tekanan darah. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (RISKESDAS) tahun 2018 prevalensi DM terendah terdapat pada provinsi NTT yaitu 0.6% sedangkan prevalensi DM tertinggi terdapat di provinsi DKI Jakarta yaitu 2,6%, Jawa Timur termasuk kedalam prevalensi terbesar, yang berada pada urutan ke-5 dari 33 provinsi dengan prevalensi 2.0%. Sedangkan data penderita diabetes mellitus di daerah jawa timur mencapai 89,713 orang, dan jumlah penderita di kota Lumajang mencapai 96 orang (dinkes provinsi jawa timur, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan September 2021 di Desa Jarit Kecamatan Candipuro ditemukan data jumlah lansia penderita diabetes mellitus sebanyak 25 lansia. Berdasarkan hasil wawancara pada lansia yang dilakukan secara subjektif pada 7 lansia yang menderita diabetes melitus ditemukan hasil 3 lansia melakukan olahraga dan diet DM sedangkan 4 mengaku tidak melakukan olahraga dan diet DM, dan mendapatkan hasil berupa dampak para lansia penderita diabetes yang kurang pengetahuan tentang pola hidup sehat yaitu meningkatnya kadar gula dalam darah karena pola makan yang tidak teratur dan kurangnya olahraga.

Penyebab lansia penderita diabetes tidak melakukan pola hidup sehat adalah kurangnya pengetahuan tentang pola hidup sehat, latar belakang pendidikan dan pengalaman di masa lalu dapat mempengaruhi pola pikir seseorang, kemampuan

kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang. Termasuk membentuk kemampuan untuk mempelajari atau memahami faktor yang berkaitan dengan penyakit yang dideritanya, dan menggunakan pengetahuan tentang kesehatan dan penyakit yang dimilikinya untuk menjaga kesehatan diri. Kemampuan kognitif juga berhubungan dengan tahap perkembangan seseorang (potter&perry 2015). Faktor-faktor kurangnya pengetahuan yaitu: umur, sumber informasi, dan pengalaman. Semakin tua usia seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik. Akan tetapi, pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun kurangnya pengetahuan penderita yang meningkatkan kejadian angka penderita diabetes mellitus (Fadlil,2014). Dampak dari kurangnya pengetahuan pola hidup sehat penderita diabetes apabila tidak dapat di atasi dapat menyebabkan kerusakan jangka panjang pada tubuh dan mengakibatkan komplikasi pada beberapa penyakit seperti meningkatnya kolestrol dan tekanan darah, penglihatan kabur akibat retinopati, gagal ginjal, serangan jantung, amputasi, hingga kematian.

Pola hidup sehat yang dilakukan oleh lansia penderita DM tipe 2 adalah melalui olahraga (exercise), pengaturan pola makan (diet) dan obat-obatan (insulin) serta ditambah pengetahuan (education) akan penyakit diabetesnya. Ketiga hal tersebut ditambah dengan pengetahuan ternyata tidak dapat dipisahkan dan harus dilakukan dengan seimbang. Salah satu cara memperoleh pengetahuan pola hidup sehat penderita diabetes dengan memberikan edukasi atau informasi yang baik dan jelas sehingga mudah di pahami oleh lansia (Pusparini,2014).

Upaya yang perlu dilakukan adalah meningkatkan Peran keluarga yaitu mengenal masalah kesehatan yang muncul pada anggota keluarga yang sakit perlu perhatian

khusus, mengambil keputusan kesehatan keluarga yang tepat untuk pasien mengenai diabetes mellitus yang dideritanya, merawat anggota keluarga yang sakit mengidap diabetes mellitus, menciptakan lingkungan yang aman bagi penderita diabetes mellitus, menggunakan fasilitas kesehatan untuk mengatasi masalah diabetes mellitus yang diderita pasien (Widyanto, 2014).

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian lanjut tentang bagaimanakah Pengetahuan Pola Hidup Sehat Pada Penderita Diabetes Melitus di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran pengetahuan pola hidup sehat pada lansia penderita diabetes mellitus di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran pola hidup sehat penderita diabetes melitus pada lansia di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi lebih luas tentang bagaimana pola hidup sehat pada lansia penderita diabetes melitus di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang dalam pola makan kehidupan sehari hari.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Tempat Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna tentang pola hidup sehat pada lansia penderita diabetes mellitus, sehingga dapat mengurangi angka penderita diabetes mellitus.

## **2. Bagi Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi informasi dalam melakukan upaya pengurangan penderita diabetes mellitus pada lansia dengan memberikan tambahan pengetahuan tentang pola hidup sehat.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian kearah pemberian suatu intervensi untuk mengurangi angka penderita diabetes mellitus pada lansia.

## **4. Bagi Responden**

Hasil penelitian dapat memberikan pengetahuan pada lansia penderita diabetes melitus tentang pola hidup sehat sehingga lebih memotivasi untuk menjaga pola makan dan sering melakukan olahraga.

