

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat dari pankreas yang tidak dapat memproduksi banyak insulin (tubuh) dan tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah. Sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah (hiperglikemia). Data mengenai epidemiologi penyakit Diabetes Melitus telah mengalami peningkatan dari tahun ketahun (Kemenkes. 2014).

Menurut National Diabetes Fact Sheet (2014) dalam Artanti (2015) total angka kejadian Diabetes Melitus di Amerika tahun 2012 adalah 29,1 juta jiwa (9,3%). Dari data 21 juta Diabetes yang terdiagnosis dan 8,1 juta jiwa atau 27,8% merupakan Diabetes Melitus tidak terdiagnosis. Menurut Profil Kesehatan Indonesia (2013), angka kejadian Diabetes Melitus pada tahun 2013 adalah sebesar 2,1%, angka tersebut lebih tinggi dibanding pada tahun 2007 sebesar 2,1 %. Sebanyak 31 provinsi (93,3%) menunjukkan peningkatan angka kejadian terjadi Diabetes Melitus yang cukup berarti.

Menurut International Diabetes Federation (IDF), Diabetes Melitus adalah salah satu masalah kesehatan yang serius pada masa sekarang. Setiap tahunnya, jumlah penderita Diabetes Melitus terus bertambah dan Diabetes Melitus semakin berdampak pada peningkatan masalah kesehatan apabila terjadi komplikasi pada penderitanya. IDF menemukan 85-95% kasus

diabetes dari seluruh penderita di seluruh dunia adalah tipe 2. IDF membagi wilayah dunia menjadi 7 wilayah dengan kejadian diabetes. Western Pasific adalah salah satu wilayah dengan angka kematian tertinggi yang disebabkan oleh Diabetes Melitus diantara wilayah pembagian IDF lainnya yaitu sebanyak 44,9 % kematian akibat Diabetes Melitus terjadi pada usia dibawah usia 60 tahun. Negara Cina adalah bagian dari Western Pasific yang mencapai 40,8% kematian dibawah usia 60 tahun. Angka ini menjadikan negara Cina menjadi posisi teratas sebagai 10 negara dengan penderita diabetes usia dewasa terbanyak yaitu 39,4% penduduk penderita Diabetes Melitus dan Bangladesh pada posisi kesepuluh dengan jumlah 2,5% penduduk penderita Diabetes Melitus. Sedangkan Negara Indonesia adalah bagian dari wilayah Western Pasific yang menduduki posisi ketujuh dari 10 negara dengan predikat penderita diabetes terbanyak, yaitu sebanyak 3,6% penduduk (IDF, 2015).

Penderita Diabetes Melitus di Sumatera Utara juga meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2013, Sumatera Utara memiliki prevalensi Diabetes Melitus sebesar 5,3% atau hanya 0,4% di bawah rata-rata nasional. Meskipun demikian, prevalensi ini harus diwaspadai karena penderita yang telah mengetahui memiliki Diabetes Melitus sebelumnya hanya sebesar 26%, sedangkan sekitar 74% yang tidak mengetahui bahwa mereka telah menderita Diabetes Melitus (Lindarto, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Medan pada tahun 2012, ada 10347 penderita Diabetes Melitus yang berkunjung untuk berobat ke 39 puskesmas di kota Medan. Data tersebut menunjukkan

bahwa penderita Diabetes Melitus dikota Medan lebih tinggi. Kenaikan angka kejadian pada penderita Diabetes Melitus ini dapat berdampak terhadap kualitas hidup pasien, dimana terjadi penurunan kualitas hidup, kenaikan angka ketergantungan hidup terhadap keluarga pasien dapat menyebabkan masalah kesehatan yang sangat kompleks (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara., 2012).

Latihan fisik merupakan salah satu upaya untuk mengurangi kelebihan lemak sekaligus untuk mencapai tingkat kebugaran jasmani yang baik serta dapat meningkatkan kemampuan fungsional (Kusumaningtyas, 2011).

Upaya dari olahraga bagi pasien Diabetes Melitus perlu dilakukan usaha untuk mengembalikan kadar glukosa darah dengan cara pengelolaan non farmakologis, salah satunya adalah kegiatan jasmani yaitu dengan olahraga yoga. Berlatih yoga secara teratur sangat berguna bagi penderita diabetes. Latihan yoga menyebabkan otot-otot untuk menyerap kelebihan glukosa dalam darah. Yoga efektif dalam membantu pankreas dan hati untuk berfungsi secara efektif, dengan jalan mengatur kadar gula darah. Gerakan – gerakan yoga yang bertujuan untuk merangsang fungsi kerja pankreas, meremajakan sel -sel organ dan meningkatkan kemampuan pankreas untuk memproduksi insulin (Widya, Setta, 2015).

Berdasarkan data yang diambil dari di Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia jumlah pasien diabetes melitus pertiga bulan terakhir berjumlah 218 pasien.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Bagaimana Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2019 ?

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis ingin mengetahui Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2019.

## **1.4 Perumusan Masalah**

Apakah ada Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2019.

## **1.5 Tujuan Penelitian**

### **1.5.1 Tujuan Umum**

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2019.

### **1.5.2 Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan Kadar Gula Darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus sebelum Gerakan Yoga.
- b. Mendeskripsikan Kadar Gula Darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus Sesudah latihan fisik Yoga.
- c. Untuk menganalisa rata-rata selisih skor Kadar Gula Darah sewaktu pada pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah latihan fisik Yoga.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan banyak manfaat berbagai pihak yaitu :

### **1.6.1 Bagi Responden**

Sebagai sumber pengetahuan dan informasi tentang manfaat Gerakan yoga dalam penatalaksanaan penyakit diabetes melitus.

### **1.6.2 Bagi Masyarakat**

Sebagai bahan masukan dan membantu program promosi kesehatan untuk penyuluhan Penyakit Diabetes Melitus ke masyarakat-masyarakat.

### **1.6.3 Bagi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan**

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai masukan kepada pihak Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia untuk meningkatkan tingkat kepuasan pelayanan Rumah Sakit dan diharapkan dapat berkontribusi dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat.

#### **1.6.4 Bagi peneliti selanjutnya**

Sebagai sumber pengetahuan bagi peneliti selanjutnya untuk menambah wawasan serta pengetahuan penulis tentang pengaruh Gerakan yoga terhadap kontrol kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus.

#### **1.6.5 Bagi Institusi**

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk peneliti selanjutnya.