

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *American Diabetes Mellitus Association* (ADA) tahun 2013, diabetes mellitus (DM) adalah salah satu penyakit kronik multisistem yang berhubungan dengan masalah sistem metabolik didalam tubuh dimana menyebabkan produksi insulin yang tidak normal di dalam tubuh. Penyakit diabetes dapat terjadi disegala usia, salah satunya pada seseorang yang telah lanjut usia, Karena seseorang yang mengalami pertambahan usia akan melewati fase penurunan fungsi secara mental maupun fisik sehingga menyebabkan risiko timbulnya berbagai konsekuensi mudahnya terkena penyakit. Salah satu proses perubahan fungsi dari sistem tubuh yaitu perubahan fungsi dari sistem endokrin yang menyebabkan perubahan penyerapan gizi lansia (Maryam dkk, 2008).

Menurut World Health Organization (WHO) Lansia adalah mereka yang memasuki usia lebih dari 60 tahun ke atas dan telah mengalami penurunan dari fungsi tubuh. Lansia ataupun menua merupakan keadaan yang telah terjadi dalam kehidupan seorang manusia, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu tetapi sedari awal kehidupan seseorang. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit mengendur, rambut mulai memutih, pendengaran kurang jelas, penglihatan yang mulai mengalami penurunan serta figur tubuh yang tidak proporsional (Nasrullah, 2016)

Berdasarkan data yang didapat dari *World Population Prospects the 2015 Revision*, pada tahun 2015 terdapat 901 juta orang yang telah berusia 60 tahun atau (12%) dari jumlah populasi secara global. Pada tahun 2030 diperkirakan

jumlah lansia, akan mengalami pertumbuhan sebanyak 56%, yaitu dari 901 juta pada tahun (2015), menjadi 1,4 milyar pada tahun (2030). Menurut Kemenkes pada tahun 2014, Asia telah menempati urutan pertama dengan populasi lansia tertinggi, dimana menyumbang 56 % dari total populasi lansia yang ada di dunia. Di Indonesia tahun 2000 lansia mencapai lebih dari 7 %, ini menunjukkan bahwa Indonesia masuk ke dalam salah satu kelompok negara yang berstruktur lansia (ageing population).

Menurut IDF Atlas tahun 2015 terdapat kenaikan 4 kali lipat dari 415 juta orang dewasa dengan diabetes tahun 1980 menjadi 642 orang dewasa pada tahun 2040 di dunia, dan pada tahun 2014 terdapat 96 juta orang dewasa yang mengalami penyakit diabetes yang terdapat di 11 negara wilayah Asia tenggara, serta pada tahun 2015 Indonesia menjadi negara peringkat ke 7 di dunia, sebagai prevalensi penderita Diabetes tertinggi didunia dengan estimasi 10 juta orang dengan diabetes, dan 2/3 orang Indonesia dengan diabetes tidak mengetahui bahwa dirinya memiliki penyakit DM, sehingga berpotensi mengakses layanan kesehatan dalam kondisi yang terlambat.

Menurut persatuan penderita DM Indonesia (Persadia) pada tahun 2012, bentuk aktivitas fisik yang memiliki kegiatan secara terstruktur, berkelanjutan dan telah direkomendasikan adalah senam diabetes mellitus. Senam diabetes merupakan suatu bentuk latihan fisik yang memiliki tempo yang sedang, teratur dan terencana yang melibatkan gerakan secara berulang, singkat dan memiliki tujuan untuk meningkatkan kebugaran. Berdasarkan hasil penelitian Ramadhani, Sapulete dan Pangemanan (2016) tentang pengaruh senam lansia terhadap kadar gula darah pada lansia di BPLU senja cerah Manado di dapatkan *p value* 0,02 dengan hasil bahwa terdapat pengaruh senam lansia terhadap kadar gula darah

lansia. Dalam mencapai kesehatannya, lansia memerlukan motivasi secara ekstrinsik maupun intrinsik. Motivasi memiliki makna sebagai suatu dorongan yang kuat dan muncul didalam diri manusia untuk melakukan suatu tindakan ataupun perilaku agar dapat mencapai suatu kebutuhan (Notoadmojo, 2014). Berdasarkan hasil penelitian, Novarina Ririn (2012) yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga Tentang Senam Lansia Dengan Keaktifan Lansia mengikuti Senam di Posyandu “Peduli Insani” Di Mendungan Desa Pabelan Kartasura memberikan kesimpulan bahwa hasil pengujian hipotesa dukungan keluarga memiliki hubungan dengan tingkat keaktifan lansia untuk mengikuti senam lansia di Posyandu Peduli Insani dengan nilai p lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$).

Dilihat dari teori dan beberapa hasil penelitian di atas, mengikuti senam DM dapat membantu menurunkan kadar gula dalam darah dan menurunkan risiko terjadinya komplikasi akibat keterlambatan dalam deteksi dini terhadap DM. Berdasarkan wawancara terhadap salah satu narasumber menyatakan bahwa pendampingan keluarga terhadap individu untuk mengikuti senam DM masih minim, sehingga mempengaruhi motivasi dalam diri individu. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Motivasi Anggota Kelompok Senam DM di RS Carolus”**.

B. Perumusan Masalah

Seiring pertambahan usia yang terjadi pada seseorang yang telah lanjut usia, menyebabkan lansia akan melewati fase penurunan fungsi tubuh. Salah satu penurunan yang terjadi adalah proses perubahan sistem endokrin yang menyebabkan peningkatan resiko terjadinya diabetes pada lansia (Maryam dkk, 2008). Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk penyakit diabetes, antara lain melakukan aktifitas fisik selama 30 menit dengan intensitas yang sedang serta teratur (WHO, 2017).

Namun, berdasarkan hasil wawancara yang melibatkan beberapa narasumber, terdapat faktor yang mempengaruhi seseorang untuk mengikuti kegiatan senam, salah satunya yaitu dukungan keluarga. Bahwa kurangnya pendampingan dan dorongan dari anggota keluarga akan mempengaruhi seseorang, khususnya yang berusia lanjut untuk mengikuti senam DM.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi anggota kelompok senam DM di RS Carolus

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran karakteristik anggota kelompok (usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita DM, jarak, lama keanggotaan) pada komunitas senam DM di rumah sakit Sint Carolus
- b. Diketuainya gambaran Pengetahuan anggota kelompok senam DM mengenai senam DM

- c. Diketuainya gambaran dukungan keluarga anggota kelompok senam pada komunitas senam DM di RS Carolus
- d. Diketuainya gambaran motivasi anggota kelompok senam untuk mengikuti kegiatan senam DM pada komunitas senam DM di RS Carolus
- e. Diketuainya hubungan antara karakteristik anggota kelompok senam (usia, jenis kelamin, pendidikan, durasi menderita DM, jarak, lama keanggotaan) dengan motivasi anggota dalam mengikuti senam DM pada komunitas senam DM di RS Carolus
- f. Diketuainya hubungan pengetahuan senam DM dengan motivasi anggota kelompok dalam mengikuti senam DM pada komunitas senam DM di RS Carolus
- g. Diketuainya hubungan dukungan keluarga dengan motivasi anggota kelompok untuk mengikuti senam DM pada komunitas senam DM di RS Carolus.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi perawat

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan mengenai manfaat aktifitas fisik terutama pada penderita diabetes.

2. Bagi STIK Sint Carolus

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur dalam bidang keperawatan gerontik dan komunitas untuk memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi individu yang telah berusia lanjut untuk mengikuti kegiatan senam DM di RS Carolus.

3. Bagi Peneliti

Sebagai suatu proses pengalaman dalam pembelajaran khususnya materi metodologi penelitian dalam rangka mengembangkan wawasan dan ilmu pengetahuan terutama mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan anggota kelompok senam dalam mengikuti senam DM di RS Sint Carolus.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu referensi dan tambahan informasi baru sehingga dapat mendukung penelitian selanjutnya terkait dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi.

5. Bagi Penanggung Jawab Komunitas Senam Diabetes

Pentingnya untuk memodifikasi dan mengadakan kegiatan senam, mensosialisasikan dan mengingatkan selalu mengenai manfaat senam yang dilakukan secara rutin.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan faktor-faktor dengan motivasi anggota kelompok senam dalam mengikuti kegiatan senam DM di Rumah Sakit Sint Carolus, Jakarta Pusat. Pentingnya kegiatan aktivitas fisik sangat diperlukan untuk pemeliharaan kesehatan bagi setiap individu yang telah memasuki usia lanjut. Pelaksanaan penelitian ini akan dimulai pada bulan April 2018 – sampai dengan Mei 2018 di komunitas senam Diabetes RS Carolus kemudian akan dilanjutkan dengan penyusunan hasil penelitian. penelitian ini akan dilakukan terhadap individu-individu yang tergabung dalam komunitas senam DM Rumah Sakit Sint Carolus, Jakarta Pusat. Penelitian ini akan menggunakan metode deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional* .

