

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar glukosa darah akibat penurunan sekresi insulin yang progresif yang dilatarbelakangi oleh resistensi insulin.¹ Penderita diabetes melitus atau hiperglikemia dari waktu ke waktu dapat mengalami komplikasi serius yang menyebabkan kerusakan berbagai sistem tubuh terutama pada syaraf dan pembuluhdarah. Seperti akan terjadi resiko penyakit jantung, stroke dan neuropati atau kerusakan saraf pada kaki yang meningkatkan kejadian pada ulkus di kaki bahkan beresiko untuk di amputasi. Retinopati deabetikum juga merupakan salah satu penyebab utama kebutaan yang bisa mengakibatkan terjadinya kerusakan pembuluh darah kecil pada retina.² Kondisi ini memerlukan biaya perawatan medis yang cukup tinggi. Dampak lain yang di timbulkan yaitu penurunan kualitas hidup bahkan dampak terburuk dapat mengakibatkan kematian.² Penderita diabetes melitus tidak hanya bergantung pada insulin sehingga dapat diberikan metode terapi untuk mengatasi diabetes melitus dengan senam kaki.³

Kasus diabetes melitus internasional pada tahun 2021 diperkirakan 1 dari 10 atau 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) dengan diabetes melitus. Jumlah ini diproyeksikan meningkat menjadi 63 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045.⁴ Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) terdapat 10,7 juta kasus diabetes melitus di Indonesia⁵. Sedangkan Prevalensi DM di Provinsi Jambi berdasarkan diagnosis dokter pada tahun 2013 sebesar 1.1% dan bertambah menjadi 1.5% pada tahun 2018. Peningkatan juga terjadi pada prevalensi diabetes Melitus dengan diagnosis dokter pada penderita diabetes melitus semua umur tahun 2013 sebesar 0.9% menjadi 1.0% pada tahun 2018 . Dengan angka kasus diabetes melitus di Provinsi Jambi sebanyak 33,039 penderita.⁶

Data dari survey awal di Dinas Kesehatan Kota Jambi di dapatkan sebanyak 3,696 penderita diabetes melitus di Kota Jambi pada tahun 2017, menjadi penyakit peringkat ke-2 terbanyak dari 17 jenis penyakit tidak menular di Kota Jambi. Jumlah kasus diabetes melitus di Kota Jambi meningkat pada tahun 2018 dan 2019 menjadi 5,245 penderita ditahun 2018 dan 8,202 penderita pada tahun 2019. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Jambi 2019, dari keseluruhan Puskesmas wilayah Kota Jambi Puskesmas Kenali Besar merupakan Puskesmas dengan kasus diabetes melitus tertinggi dengan prevalensi sebesar 12,04% dan selalu mengalami peningkatan prevalensi dari 3 tahun belakangan yaitu pada tahun 2017 prevalensi sebesar 2,62%, tahun 2018 prevalensi sebesar 6,41% dan tahun 2019 prevalensi sebesar 12,04%.⁷

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Asniati & Hasanah rata-rata gula darah pasien diabetes melitus adalah 245,72 mg/dl sebelum aktivitas kaki. Setelah diberikan intervensi senam kaki selama 5 hari terjadi penurunan gula darah rata-rata sebesar 191,36 mg/dl. Hasil dari studi pendahuluan pada tanggal 15 Mei 2022 di Posyandu Lansia Mawar Desa Mlaras, Sumobito di dapatkan hasil dari 5 penderita diabetes melitus tipe 2 60% atau 3 diantaranya memiliki glukosa darah tinggi yaitu lebih dari 200 mg/dl. Setelah dilakukan senam kaki dari 5 penderita diabetes melitus 3 diantaranya mengalami penurunan kadar glukosa darah.⁸

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang serius dimana terjadi peningkatan kadar gula darah melebihi batas normal karena tubuh tidak dapat memproduksi insulin atau tidak efektif dalam menggunakan insulin yang diproduksi oleh tubuh.⁹ Jika peningkatan kadar gula darah tidak cepat diatasi, dapat menyebabkan banyak masalah. Seperti komplikasi diabetes melitus yang bersifat kronis dan akut. Komplikasi kronis dibagi menjadi dua yaitu makrovaskular dan mikrovaskular. Komplikasi makrovaskular seperti penyakit jantung, penyakit serebrovaskular, dan penyakit pembuluh darah perifer. Sedangkan komplikasi mikrovaskuler seperti retinopati, penyakit ginjal, dan neuropati.¹⁰

Senam kaki mencegah cedera dan meningkatkan sirkulasi darah pada pasien diabetes dan non-pasien. Perawat dapat membantu penderita diabetes melitus melakukan senam kaki sehingga dapat melakukannya secara mandiri. Latihan kaki ini membantu meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot kaki, dan menggerakkan sendi kaki. Dengan demikian, diperkirakan menjaga kaki penderita diabetes dapat meningkatkan kualitas hidupnya.¹¹ Menurut penelitian Indarti dan Palupi, terdapat variasi kadar gula darah sebelum dan sesudah intervensi senam kaki, dengan nilai rata-rata 182,80 mg/dl sebelum intervensi dan 143,13 mg/dl setelah intervensi, turun sebesar 39,67 mg/dl. Perubahan ini menunjukkan bahwa aktivitas kaki mempengaruhi gula darah penderita diabetes. Senam kaki 30 menit dilakukan 3x/minggu selama 2 minggu.¹²

Berdasarkan masalah di atas, penulis tertarik untuk meneliti dan menerapkan pengaruh senam kaki pada penderita diabetes melitus guna mengetahui pengaruh senam kaki terhadap penurunan gula darah pada penderita diabetes melitus.

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan umum

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ners (KIAN) adalah untuk mengetahui apakah tindakan terapi senam kaki dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

1.2.2 Tujuan khusus

- 1) Untuk memaparkan hasil pengkajian pada kasus diabetes melitus.
- 2) Untuk memaparkan hasil Analisa data pada kasus diabetes melitus..
- 3) Untuk memaparkan hasil intervensi keperawatan pada penderita diabetes melitus.
- 4) Untuk memaparkan hasil implementasi keperawatan pada penderita diabetes melitus
- 5) Untuk memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada penderita diabetes melitus
- 6) Untuk memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan pada penderita diabetes melitus.

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini akan digunakan untuk membuat asuhan keperawatan tentang senam kaki diabetes melitus.

1.3.2 Manfaat praktis

1. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan hasil dari penerapan inovasi keperawatan ini bagi akademik yaitu untuk menjadi referensi inovasi keperawatan dalam pembuatan karya tulis ilmiah Ners di Prodi Ners Universitas Jambi.

2. Penulis

Hasil penerapan inovasi keperawatan ini bagi penulis yaitu untuk memberikan wawasan dan mendapatkan pengalaman dalam mengelola pasien dan memberikan asuhan keperawatan pasien ketidakstabilan gula darah dengan menerapkan terapi senam kaki untuk menurunkan gula darah.

3. Puskesmas

Diharapkan hasil penerapan inovasi keperawatan bagi puskesmas yaitu dapat memberikan informasi tentang penerapan terapi Senam Kaki untuk menurunkan kadar gula pada penderita diabetes, serta dapat digunakan sebagai sumber dalam mengoptimalkan manfaat dari program yang telah diterapkan oleh perawat dalam memberikan asuhan keperawatan..

4. Masyarakat/Pasien

Hasil penerapan inovasi keperawatan ini bagi Pasien yaitu mampu menjadi terapi komplementer atau alternative selain obat-obatan dalam menurunkan kadar gula darah bagi penderita diabetes melitus.

1.4 Pengumpulan Data

1. Mengurus izin penelitian ke Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi dengan membawa surat dari Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
2. Penulis turun ke lapangan untuk melakukan pengamatan langsung, kemudian penulis mencari pasien dengan diabetes melitus sebanyak sepuluh responden.
3. Memberi penjelasan kepada calon responden tentang tujuan penelitian, manfaat penelitian, prosedur penelitian, dan apabila bersedia menjadi responden dipersilahkan menandatangani *inform consent*.
4. Menjelaskan kontrak waktu penelitian pada responden yang sesuai waktu yang di tentukan. Dalam penelitian ini 5 hari.
5. Meminta responden untuk mengisi lembar observasi dan memeriksakan gula darah acak sebelum melakukan senam kaki.
6. Mendokumentasikan hasil gula darah acak di lembar observasi.
7. Melakukan senam kaki selama 30 menit.
8. Pada hari ke 5 Meminta responden untuk mengisi lembar observasi ulang dan memeriksakan gula darah sesudah melakukan senam kaki.
9. Mendokumentasikan hasil gula darah acak di lembar observasi
10. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode case seires, dengan menggunakan pendekatan desain eksperimental dikembangkan untuk menguji kausalitas efek intervensi terhadap hasil yang dipilih. Rancangan penelitian yang digunakan daalam penelitian ini adalah ekperimental. Teknik pengambilan sample yang digunakan *purposive sampling*.
11. Peneliti melakukan pengolahan laporan.