

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus ialah penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolik menahun yang ditandai dengan terjadinya peningkatan kadar glukosa darah lebih dari rentang normal¹. Diabetes melitus adalah kondisi hiperglikemia kronis dengan kelainan metabolik karena gangguan hormonal yang mengakibatkan bermacam komplikasi berkepanjangan pada mata, ginjal, pembuluh darah, serta muncul lesi pada membran basalis jika ditinjau dari pemeriksaan menggunakan mikroskop elektron². Diabetes Melitus merupakan istilah lain dari *the silent killer* yang artinya mematikan secara diam-diam dikarenakan kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengidap penyakit diabetes, kemudian setelah mengetahuinya sudah terjadi komplikasi akut ataupun kronis³.

Data *International Diabetes Federation* (IDF) dalam Atlas edisi ke-10 (2021) menyatakan bahwa kasus diabetes melitus merupakan bagian dari salah satu masalah kesehatan dunia yang mengalami peningkatan pesat setiap tahunnya. Diperkirakan akan terjadi peningkatan pesat sehingga mencapai 643 juta di tahun 2030 dan sebanyak 783 juta orang di tahun 2045. Negara China merupakan negara yang menempati peringkat pertama dengan kasus diabetes sebanyak 140,9 juta orang, sedangkan untuk negara Indonesia sendiri memiliki jumlah prevalensi kasus diabetes terbanyak ke-5 di dunia⁴. Diperkirakan pada tahun 2030 akan terjadi peningkatan sebesar 21,3% kasus diabetes melitus di Indonesia, sementara kasus dengan komplikasi ulkus diabetik berada pada angka 24% diantara komplikasi lain seperti komplikasi mikrovaskular dan neuropati. Hal ini menunjukkan bahwa kejadian ulkus diabetik tercatat sebanyak 15% yang seringkali berakhir dengan kecacatan serta kematian⁵.

Berdasarkan prevalensi kasus diabetes melitus di tingkat provinsi pada tahun 2018, provinsi DKI Jakarta merupakan bagian dari prevalensi tertinggi sebesar 3,4%. Sedangkan provinsi Jambi sebesar 1,5% dengan jumlah kasus diabetes melitus sebanyak 33.039 penderita di tahun 2018⁶. Disamping hal tersebut, dilingkup kota Jambi diperoleh sebanyak 10.317 penderita diabetes melitus di tahun 2021⁷. Berdasarkan hasil data survey awal yang diperoleh dari Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dimana tercatat sebanyak 2.515 penderita diabetes melitus ditahun 2022⁸.

Penderita diabetes sangat rentan terhadap berbagai komplikasi dimana salah satunya yang sering ditemukan yaitu kaki diabetik (*diabetic foot*). Penyebab dari tingginya risiko terjadi masalah kaki adalah penurunan sirkulasi darah ke tungkai (hambatan pembuluh darah), rasa pada bagian kaki mulai mengalami pengurangan akibat gangguan pada bagian saraf kaki dan penurunan imunitas tubuh terhadap infeksi⁹. Perawatan kaki yang baik dapat menurunkan kasus kecacatan dan kematian dimana apabila melakukan perawatan kaki secara teratur bisa mengurangi penyakit kaki diabetik sebanyak 50-60%. Masalah kaki diabetik dapat diminimalkan apabila penderita diabetes memiliki pengetahuan yang tinggi terkait pentingnya melakukan latihan fisik guna mengontrol kadar gula darah¹⁰. Penatalaksanaan yang bisa dilakukan untuk mengelola penyakit diabetes melitus yaitu dengan melakukan senam kaki untuk meningkatkan kelancaran peredaran darah pada kaki. Gerakan pada senam kaki akan memperlancar peredaran darah, meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil dan sendi kaki serta meminimalkan terjadinya kelainan bentuk kaki¹¹.

Pendidikan kesehatan perlu dilakukan sebagai bentuk upaya dalam melakukan pencegahan dan pengelolaan diabetes secara holistik serta sebagai sumber pengetahuan untuk memelihara dan meningkatkan status kesehatan¹². Perawat berperan sebagai edukator untuk menunjang pencapaian hasil berupa perubahan sikap dan perilaku serta keterampilan penderita diabetes dalam melakukan perawatan mandiri sebagai bentuk

pengendalian terhadap penyakit kronis yang dialaminya¹³. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Febriani, Aryastuti & Fatrisia¹⁴ menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara penggunaan media audio visual dan demonstrasi senam kaki, dimana metode demonstrasi lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan penderita diabetes karena mempermudah dalam memahami materi yang disampaikan secara langsung, sementara penggunaan media dalam proses tersampainya informasi memungkinkan tidak semua responden dapat mengikuti sehingga menyebabkan sebagian responden tidak mampu menyerap informasi yang diberikan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dafriani & Marlinda¹⁵ bahwa pemberian edukasi pasien diabetes harus komprehensif yaitu tidak hanya meningkatkan dari segi aspek kognitif, namun juga afektif dan psikomotor sehingga harapannya dapat merubah perilaku serta meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes menjadi lebih baik dan dapat mengurangi angka kejadian masalah kaki yang hingga saat ini masih menjadi permasalahan yang harus segera diminimalkan untuk pasien diabetes.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi, peneliti melakukan wawancara kepada 7 orang penderita diabetes melitus yang berkunjung diperoleh bahwa rata-rata belum mengetahui tentang senam kaki diabetik dan belum pernah melakukan senam kaki diabetik serta beberapa ada yang mengatakan bahwa pernah mendengar tentang senam kaki diabetik namun belum pernah mengaplikasikannya secara langsung.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Demonstrasi dan Media Video Terhadap Kemampuan Melakukan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimanakah efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media video terhadap kemampuan melakukan senam kaki pada pasien diabetes melitus.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media video terhadap kemampuan melakukan senam kaki pada pasien diabetes melitus.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kemampuan melakukan senam kaki pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi.
2. Mengetahui kemampuan melakukan senam kaki pasien diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video.
3. Mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan antara metode demonstrasi dan media video terhadap kemampuan melakukan senam kaki pada pasien diabetes melitus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi perawat di puskesmas untuk dapat menerapkan senam kaki diabetik yang bisa dijadikan sebagai bagian dari program peningkatan kesehatan bagi pasien diabetes melitus.

1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam upaya peningkatan status kesehatan serta mencegah terjadinya komplikasi lanjut pada pasien diabetes melitus dalam bentuk penatalaksanaan senam kaki diabetik.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi dan sumber masukan bagi peneliti selanjutnya sehingga diharapkan dapat lebih mengembangkan penelitian dengan menggunakan tema dan rancangan yang berbeda.

1.4.5 Bagi Responden

Penelitian yang diberikan kepada responden diharapkan dapat memberikan manfaat sekaligus sumber tambahan informasi dan pengetahuan mengenai senam kaki diabetik yang bisa diterapkan guna sebagai salah satu bentuk penatalaksanaan dalam meningkatkan status kesehatan yang lebih optimal.