

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan suatu keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi seperti yang tercantum dalam UU RI No. 36 Tahun 2009 (Faradiba, 2022). Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar pada saat ini. Hal ini ditandai dengan adanya pergeseran pola penyakit secara epidemiologi dari penyakit menular yang cenderung menurun kepenyakit tidak menular yang secara global meningkat di dunia, dan secara nasional telah menduduki sepuluh besar penyakit penyebab kematian dan kasus terbanyak (Toharin et al., 2015). Diabetes merupakan salah satu penyakit tidak menular dan menjadi masalah kesehatan di masyarakat. Diabetes menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia (WHO, 2016).

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolisme yang terjadi pada organ pankreas yang ditandai dengan peningkatan gula darah atau sering disebut dengan kondisi hiperglikemia yang disebabkan karena menurunnya jumlah insulin dari pankreas, Diabetes melitus disebut dengan *the silent killer* karena penyakit ini dapat menimbulkan

berbagai komplikasi yang tentu memerlukan biaya yang tidak sedikit dan perawatan yang lebih lama (ADA, 2022).

Jenis komplikasi DM dapat berupa kelainan makrovaskuler dan mikrovaskuler. Komplikasi mikrovaskuler adalah komplikasi yang menyerang pembuluh darah kecil seperti retinopati, gagal ginjal, kebas pada kaki dan yang dimaksud makrovaskuler adalah komplikasi yang menyerang pembuluh darah besar seperti stroke, serangan jantung, dan gangguan aliran darah pada kaki (Pradana & Pranata, 2023). Penelitian Balgis dan Suri (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 16% dari penderita DM mengalami komplikasi makrovaskuler dan 27,6% komplikasi mikrovaskuler. Sebanyak 63,5% dari seluruh penderita yang mengalami komplikasi mikrovaskuler mengalami neuropati, 42% mengalami retinopati diabetes, dan 7,3% mengalami nefropati.

Penatalaksanaan diabetes melitus bertujuan menormalkan aktivitas insulin dan kadar glukosa darah untuk mengurangi komplikasi yang ditimbulkan akibat DM dengan cara menjaga kadar glukosa dalam batas normal tanpa terjadi hipoglikemia serta memelihara kualitas hidup yang baik. Ada lima komponen dalam penatalaksanaan diabetes tipe II yaitu terapi nutrisi (diet), latihan fisik (olahraga), terapi farmakologi dan pendidikan (Pratiwi et al., 2021). Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan senam kaki (Ratnawati et al., 2019).

Senam kaki diabetik merupakan kegiatan atau latihan terapi dengan intensitas sedang yang dapat dilakukan oleh pasien diabetes melitus guna mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan jalannya peredaran

darah pada kaki. Latihan intensitas sedang dapat menyebabkan pemulihan fungsi pada saraf perifer (Widiastuti, 2020). Senam kaki dapat dimanfaatkan sebagai latihan jasmani untuk mengelola pasien diabetes melitus dan dapat berfungsi untuk mengurangi nyeri, meningkatkan rasa nyaman, menjaga kestabilan gula darah dan memperbaiki sirkulasi darah serta menghambat kerusakan saraf pada kaki (Pradana & Pranata, 2023).

Riset yang dilakukan oleh Husnul et al. (2022) telah membuktikan bahwa ada pengaruh senam kaki terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Paccerakkang Kota Makassar ($p\text{-value} = 0,000$). Riset lain yang dilakukan Fajriati dan Indarwati (2021) menyatakan bahwa pengukuran gula darah sewaktu sebelum dilakukan penerapan senam kaki pada Ny. S 289 mg/dl dan pada Ny. L 234 mg/dl, sedangkan gula darah sewaktu sesudah dilakukan penerapan senam kaki pada Ny. S 129 mg/dl dan Ny. L 136 mg/dl. Penerapan senam kaki dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan, Surakarta.

Asuhan keperawatan keluarga menurut PERKESMAS 279 tahun 2006 merupakan asuhan keperawatan yang ditujukan pada keluarga rawan kesehatan / keluarga miskin yang mempunyai masalah kesehatan yang di temukan di masyarakat dan dilakukan di rumah keluarga. Kegiatannya antara lain mengidentifikasi keluarga rawan kesehatan / keluarga miskin dengan masalah kesehatan di masyarakat, penemuan dini suspek kasus kontak serumah, pendidikan kesehatan terhadap keluarga, kunjungan rumah (home visit/home

health nursing) sesuai rencana, pelayanan keperawatan dasar langsung (*direct care*) maupun tidak langsung (*indirect care*), pelayanan kesehatan sesuai rencana, misalnya memantau keteraturan berobat pasien dengan pengobatan jangka panjang, pemberian nasehat (konseling) kesehatan keperawatan dirumah dan dokumentasi keperawatan (Izati, 2017).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul Penerapan Senam Kaki Diabetik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Dusun Kelang Kec. Kesugihan Cilacap.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulis mampu melakukan dan menerapkan asuhan keperawatan keluarga tentang penerapan senam kaki diabetik terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM di Dusun Kelang Kec. Kesugihan Cilacap.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners adalah sebagai berikut:

- a. Memamparkan hasil pengkajian pada pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan kadar gula darah
- b. Memamparkan diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan kadar gula darah.
- c. Memamparkan intervensi keperawatan pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan kadar gula darah.

- d. Memamparkan implementasi keperawatan pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan kadar gula darah.
- e. Memamparkan evaluasi pasien Diabetes Melitus untuk menurunkan kadar gula darah.
- f. Memamparkan penurunan kadar gula darah sebelum dan sesudah penerapan senam kaki diabetik pada pasien Diabetes Melitus.

C. Manfaat Penulisan

Manfaat dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul asuhan keperawatan keluarga tentang penerapan senam kaki diabetik dalam mengatasi masalah keperawatan ketidakstabilan kadar gula darah pada pasien DM di Dusun Kelang adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan justifikasi empiris dan teori terhadap penerapan senam kaki diabetik dalam mengatasi masalah keperawatan ketidakstabilan kadar gula darah pada pasien DM.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman khususnya di bidang keperawatan ketidakstabilan kadar gula darah pada pasien DM.

b. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam kegiatan proses belajar mengajar tentang asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar gula darah pada pasien DM yang dapat digunakan asuhan bagi mahasiswa keperawatan.