

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit metabolik kronis yang paling umum terjadi di seluruh dunia dan juga disebut sebagai “pembunuh diam-diam” atau “silent killer”. Diabetes disebut juga sebagai “induknya penyakit” karena dapat menimbulkan beberapa penyakit lain seperti darah tinggi, jantung, stroke, gagal ginjal, hingga dapat berujung pada kebutaan. (Seminar et al., 2021). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah (gula darah), yang seiring waktu dapat merusak jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf secara serius yang menyebabkan kerusakan parah. Pada Diabetes tipe II itu terjadi ketika tubuh mengalami resistensi insulin atau tidak lagi memproduksi cukup insulin dan kebanyakan terjadi pada orang dewasa. Selama tiga dekade terakhir, prevalensi diabetes tipe II terus meningkat di negara-negara dengan semua tingkat pendapatan. Sedangkan, pada Diabetes tipe I, itu dikenal sebagai diabetes remaja atau diabetes tergantung insulin merupakan penyakit kronis di mana pankreas memproduksi sedikit atau tidak ada insulin. Bagi penderita diabetes, perawatan terhadap insulin itu sangat penting untuk kelangsungan hidup (WHO 2022 dalam Nurazizah, 2024).

World Health Organization (WHO, 2021) melaporkan bahwa diabetes adalah penyebab kematian terbesar kesembilan di seluruh dunia, dengan perkiraan 1,5 juta kematian. Bentuk diabetes yang paling umum adalah diabetes tipe 2, dan prevalensi penyakit ini meningkat drastis selama 30 tahun terakhir, dibuktikan dengan fakta bahwa hingga 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Fazrina & Aulina, 2021). Pada tahun 2021, negara dengan jumlah penderita diabetes berusia antara 20 dan 79 tahun yang tertinggi adalah Tiongkok, India, Pakistan, Amerika Serikat, dan Indonesia. Prevalensi diabetes pada tahun 2021 dilaporkan sebesar 140,9 juta di Tiongkok, 74,2 juta di India, 33 juta di Pakistan, 32,2 juta di Amerika Serikat, dan 19,5 juta di Indonesia. Menurut prediksi, keadaan ini akan terus berlanjut pada tahun 2045. Peningkatan prevalensi diabetes terkait usia diperkirakan sebesar 2,2% untuk orang dewasa berusia 20 hingga 24 tahun dan 24,0 hingga 24,7% per tahun untuk orang dewasa berusia 75 hingga 79 tahun pada tahun 2045. Perkiraan prevalensi diabetes pada wanita berusia 20 hingga 79 tahun adalah 10,2%, sedikit lebih rendah dibandingkan 10,8% pada pria. Pada tahun 2021, 17,7 juta lebih banyak pria dibandingkan wanita yang menderita diabetes (International Diabetes Federation, 2021 dalam Sari et al., n.d.). Menurut Dinas Kesehatan Jawa Tengah, perkiraan jumlah penderita diabetes di Jawa Tengah pada tahun 2019 sebanyak 652.822 orang (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2019, Kesehatan et al. 2017 dalam Salsabilla 2021).

Pada tahun 2021 kasus diabetes militus di kabupaten cilacap ada 29.804 orang. Penderita DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 29.341 orang dengan presentase 98,4%.(Dinas Kesehatan Kolaka, 2022).

Masalah keperawatan yang umum pada penderita DM adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah yang berhubungan dengan hiperglikemia/hipoglikemia. Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah merupakan suatu kondisi dimana kadar gula darah berada di atas atau di bawah kisaran normal yang dapat menimbulkan gejala tertentu (SDKI, 2011, Nurazizah, 2024). Ketidakstabilan kadar glukosa darah terjadi ketika kadar gula darah di atas dan di bawah kisaran normal yang dimana penurunan kadar insulin menyebabkan hiperglikemia, hipoglikemia, penurunan adipogenesis, dan peningkatan steatosis.

Menurut (Fadila, 2019), Pada penderita DM peran keluarga isangat penting itu mencakup segala sesuatu yang dilakukan anggota keluarga dalam memenuhi kewajiban dan aktivitas merawat keluarga. Salah satu Peran anggota keluarga dalam menjalankan tugas kesehatan keluarga adalah merawat anggota keluarga penderita DM. Keluarga terdiri dari dua orang atau lebih yang dihubungkan oleh rasa kebersamaan dan ikatan emosional serta menganggap dirinya sebagai anggota keluarga. Sebuah studi oleh Ningrum (2018) menemukan bahwa dukungan keluarga dapat mempengaruhi kepuasan hidup sehari-hari seseorang dan peran keluarga sangat penting dalam semua aspek pengobatan keluarga, mulai dari strategi hingga tahap rehabilitasi. (Muthe, 2019). Mengingat DM merupakan

penyakit kronis seumur hidup, maka pasien dan keluarganya harus dapat melakukan tindakan pengobatan secara mandiri di rumah agar kadar gula darah pasien dapat dikontrol secara optimal dan menjamin kesehatan keluarga.

Olah raga (aktivitas fisik) merupakan cara yang sangat penting bagi penderita DM, terutama dalam menghadapi peningkatan kadar gula darah (Ekasaputri, 2022 dalam Rahmawati et al., 2023). Salah satu dari olahraga yang direkomendasikan adalah senam kaki diabetik. Senam kaki diabetik merupakan suatu bentuk olah raga yang dilakukan bagi penderita diabetes segala usia untuk mencegah cedera, melancarkan peredaran darah pada kaki, dan untuk memurumkam kadar glukosa dalam darah. Senam kaki adalah latihan yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot kecil kaki dan meningkatkan sirkulasi darah, yang dilakukan dalam berbagai posisi seperti, duduk, berdiri, berbaring. Senam kaki juga dapat melancarkan peredaran darah pada kaki, memperbaiki sirkulasi darah, menguatkan otot-otot kaki, dan menjadikan sendi-sendi kaki agar lebih mudah melakukan pergerakan kaki (Hasanah & Hisni, 2023)

Berdasarkan hal tersebut yang dapat diberikan oleh perawat kepada klien agar klien tidak menderita penyakit diabetes dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang berujung pada kematian berupa tindakan dan pemberian informasi merupakan cara pencegahan, pengobatan dan edukasi penderita diabetes. Asuhan keperawatan diberikan melalui proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, pelaksanaan

intervensi, pelaksanaan asuhan keperawatan, dan evaluasi hasil kegiatan keperawatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian data dalam latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimana implementasi senam kaki diabetik pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah yaitu mendeskripsikan implementasi senam kaki diabetik pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kondisi pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- b. Mendeskripsikan implementasi senam kaki diabetik pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah
- c. Mendeskripsikan respon yang muncul pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah selama perawatan
- d. Mendeskripsikan hasil implementasi senam kaki diabetik pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Di harapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan ketrampilan dalam pengimplemntasian terapi senam kaki diabetik pada pasien dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah

2. Bagi Pembaca

Di harapkan dapat memberikan informasi, pengetahuan, wawasan mengenai penanganan dan tindakan dalam Asuhan Keperawatan Keluarga mengenai implementasi senam kaki diabetik pada pasien dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah

3. Bagi Institusi Pendidikan

Di harapkan dapat menjadi referensi keilmuan yang mampu memberikan informasi dan menambah pengetahuan bagi mahasiswa tentang Implementasi Senam Kaki Diabetik pada pasien dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah