

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus adalah suatu penyakit akibat penumpukan glukosa dalam darah dan terjadi akibat tubuh tidak memproduksi cukup insulin, atau tidak bisa mempergunakan insulin secara tepat yang ditandai dengan kondisi hiperglukemias dengan gejala seperti buang air kecil terus menerus (dalam jumlah banyak) dengan rasa manis (kencing manis) (Bilous, 2022). Diabetes diklasifikasikan menjadi tipe 1 yang terjadi akibat penghancuran autoimun dari sel sel penghasil insulin. Diabetes tipe2 akibat gangguan sekresi insulin yang menyebabkan resistensi insulin. Diabetes gestasional yang terjadi pada saat kehamilan, dan diabetes tipe lain yang terjadi akibat kelainan genetik maupun infeksi.

Jumlah penderita diabetes melitus semakin meningkat dari 108 juta pada tahun 1980 menjadi 422 juta pada tahun 2014. Prevalensi diabetes yang meningkat sebagian besar tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian disebabkan langsung oleh diabetes setiap tahunnya. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes melitus terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (WHO, 2023), menurut IDF, jumlah populasi diabetes dewasa yang berusia antara 20-79 tahun diperkirakan sebanyak 19.456.100 orang.

Pengelolaan diabetes melitus dapat dilakukan dengan terapi yaitu terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis yaitu dengan pemberian insulin dan pemberian obat hipoglikemik oral, sedangkan untuk terapi nonfarmakologis seperti edukasi, latihan olahraga dan diet. Latihan olahraga atau latihan jasmani memiliki tujuan untuk meningkatkan kepekaan untuk insulin, mencegah kegemukan, memperbaiki aliran darah, merangsang pembentukan glikogen baru dan mencegah komplikasi yang lebih lanjut. Latihan jasmani tersebut sangat penting dalam penatalaksanaan diabetes ini karena efeknya

dapat menurunkan kadar glukosa darah dan juga mengurangi faktor resiko kardiovaskuler (Brunner dan Suddarth., 2001)

Salah satu latihan jasmani yang dapat dilakukan adalah senam kaki. Senam kaki merupakan latihan yang dilakukan pada penderita diabetes untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah pada kaki. Senam kaki ini bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah sehingga nutrisi ke jaringan lebih lancar, memperkuat otot otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta mengatasi keterbatasan gerak sendi yang sering dialami oleh penderita diabetes melitus. Senam kaki ini sebaiknya dilakukan atau diterapkan pada klien diabetes terutama sebagai tindakan pencegahan komplikasi dini akibat penyakit diabetes melitus (Imam, 2011). Dengan dilakukannya senam kaki diabetes ini diharapkan dapat memberi pemahaman kepada klien mengenai pentingnya dilakukan senam kaki, selain itu klien diharapkan dapat melakukan senam kaki secara mandiri. Memberikan pemahaman pada penderita diabetes merupakan hal yang dapat membantu mengurangi beban pasien.

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

Menurut (Wijaya, A.K., & Padila, P, 2019), pada penderita DM peran keluarga itu sangat penting untuk mencakup segala susuatu yang dilakukan anggota keluarga dalam memenuhi kewajiban dan aktivitas merawat keluarga. Salah satu peran anggota keluarga dalam menjalankan tugas kesehatan keluarga adalah merawat 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 (Meidikayanti and Wahyuni 2017) 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. Mengingat DM merupakan penyakit kronis seumur hidup, maka pasien dan keluarganya harus dapat melakukan tindakan pengobatan secara mandiri dirumah agar kadar gula darah pasien dapat dikontrol secara optimal dan menjamin kesehatan keluarga. Berdasarkan hasil penelitian bahwa pasien mengalami ketidakstabilan kadar glukosa darah maka perawat mengajarkan senam kaki diabetik. Asuhan keperawatan diberikan melalui proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis, pelaksanaan intervensi, pelaksanaan asuhan keperawatan, dan evaluasi hasil kegiatan keperawatan

## **B. Rumusan masalah**

Diabetes melitus masih menjadi salah satu permasalahan yang sering dijumpai pada masyarakat. Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dibuat rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “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 ketidakstabilan kadar glukosa darah.

#### **D. Manfaat penulisan**

##### 1. Bagi penulis

Dapat dimanfaatkan untuk memperluas wawasan, dan dapat menerapkan ilmu yang sudah penulis dapatkan selama masa pendidikan dan meningkatkan pemahaman ilmiah dalam praktik pemberian asuhan keparawatan keluarga terkait permasalahan diabetes melitus.

##### 2. Bagi masyarakat dan klien

Meningkatkan pemahaman klien dan keluarga tentang kesehatan mengenai senam kaki pada penderita diabetes melitus .

##### 3. Bagi institusi pendidikan

Sebagai sumber tambahan informasi dan pengetahuan untuk insitusi pendidikan, serta sebagai referensi bagi mahasiswa universitas al irsyad cilacap yang dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan dasar studi kasus berikutnya