

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus tipe 2 adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemia akibat resistensi insulin, di mana jumlah reseptor insulin pada permukaan sel tidak mencukupi dan insulin yang dihasilkan tidak dapat mentransfer glukosa dari darah. (Rahman, F.A 2021, p.83).

Diabetes tipe 2 adalah penyakit yang berbahaya dan juga mematikan. Diabetes merupakan penyebab kematian nomor tiga di Indonesia dengan angka 6,7%, menurut data Kementerian Kesehatan dari survei kuesioner registrasi 2014 (Kemenkes RI, 2018).

Di Indonesia, prevalensi diabetes meningkat sekitar 9,1 juta orang pada tahun 2013, dan menurut angka terbaru dari *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2017, Indonesia menempati urutan ke-6 dunia dengan 10,3 juta orang pada orang dewasa, tetapi baru-baru ini telah terdeteksi pada anak-anak dan remaja (Kemenkes RI, 2018).

Menurut survei Kesehatan Dasar 2018, *prevelansi* diabetes di Jawa Barat adalah 1,7%, meningkat 0,4% dari tahun 2013 hingga 2018. Penyakit kronis yang dialami masyarakat saat ini memengaruhi dan membebani keluarga ketika pengobatan tidak intensif dan berkelanjutan (Herawati, 2020).

Seiring dengan perkembangan penyakit, diabetes seringkali membutuhkan waktu yang cukup lama, dan terdapat banyak kondisi atau kelainan yang ada dan berhubungan dengan penyakit tersebut, seperti obesitas, hipertensi, kadar lemak dan darah, kolesterol, *hiperglikemia* atau *dislipidemia*. Komplikasi semakin cepat dan memburuk. Kondisi diabetes juga dapat menyebabkan komplikasi akut dan kronis (Marewa, L.W 2015, p.50).

Tubuh manusia secara alami mengandung gula darah. Gula darah bertujuan untuk memberikan energi pada sel dan organ tubuh, tetapi gula darah yang terlalu banyak dapat menyebabkan gula darah tinggi. Ketika gula darah melebihi 250mg/dL untuk jangka waktu yang lama, dapat merusak *retina*, menyebabkan kebutaan, kerusakan ginjal bahkan rentan terhadap infeksi kulit (George H. Fried, (2010), p.50).

Salah satu masalah keperawatan umum bagi penderita diabetes tipe 2 adalah risiko gula darah tidak stabil. Risiko gula darah yang tidak stabil terjadi karena tubuh tidak dapat menggunakan dan melepaskan insulin dengan baik. Hal ini tidak efektif dalam merangsang penyerapan gula darah dalam jaringan. Hal ini disebabkan oleh genetika, obesitas, tidak aktif, makan berlebihan dan perubahan gaya hidup yang tidak sehat (SDKI, 2017).

Perawat bertugas membantu penderita diabetes tipe 2 mengelola penyakitnya secara mandiri, mengatur kadar gula darah, mencegah komplikasi. Salah satu cara untuk memperbaikinya adalah gerakan kaki. Senam kaki adalah bentuk olahraga untuk penderita diabetes dari segala usia untuk mencegah cedera, meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil di kaki, dan mencegah *deformitas* kaki (Suryono & Sudiro, 2012).

Hasil penelitian Yunuar, 2011 dan Yudono, 2012 tentang pengaruh gerakan kaki 15 sampai 30 menit terhadap penurunan gula darah pada penderita diabetes tipe 2 menunjukkan kebutuhan energi saat berolahraga (gerakan kaki) meningkat. Otot menjadi lebih aktif, konsumsi energi meningkat, dan glukosa digunakan untuk menurunkan gula darah. Oleh karena itu, gerakan kaki merupakan cara yang efektif untuk mengontrol diabetes (Ruben, Rottie dan Karundeng, 2016).

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Aplikasi Senam Kaki Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Desa Sukajadi Ketamatan Campaka Kabupaten Cianjur”.

1.2 Tujuan Karya Tulis ilmiah

1.2.1 Tujuan Umum

Memahami dan mengaplikasikan asuhan keperawatan dengan menggunakan karya inovasi Senam Kaki Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Desa Sukajadi Kecamatan Campaka Kabupaten Cianjur.

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Penulis dapat mengumpulkan data dengan cara pengkajian pada pasien diabetes mellitus
- b. Penulis dapat merumuskan masalah keperawatan atau diagnose yang mungkin muncul pada pasien diabetes mellitus
- c. Penulis dapat merencanakan tindakan keperawatan yang sesuai dengan masalah atau diagnose yang muncul pada pasien diabetes mellitus
- d. Penulis dapat mengimplementasikan rencana tindakan yang telah direncanakan pada pasien diabetes mellitus
- e. Penulis mampu mengevaluasi hasil tindakan atau implementasi yang telah dilakukan pada pasien diabetes mellitus
- f. Melakukan pembahasan aplikasi senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2

1.3 Pengumpulan Data

Cara yang digunakan penulis dalam mengumpulkan data guna menyusun KTI yaitu dengan cara :

a. Observasi

Penulis melakukan pengamatan perilaku serta keadaan klien DM untuk memperoleh data.

b. Wawancara

Penulis melakukan pengumpulan data dengan cara tanya jawab.

c. Studi Pustaka

Penulis memperoleh sumber-sumber kepustakaan melalui jurnal, buku, internet yang memiliki hubungan dengan konsep teori yang terkait dengan aplikasi senam kaki.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

a. Bagi Penulis

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini semoga dapat membantu penulis dan penulis lainnya untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta menambah pengalaman praktis dalam menerapkan senam kaki pada penderita diabetes.

b. Bagi Prodi Keperawatan

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan dan kontribusi bagi perkembangan industri keperawatan diabetes ke depannya.

c. Bagi Klien dan Keluarga

Hasil penulisan karya tulis ilmiah ini diharapkan klien dan keluarga mereka belajar bagaimana menggerakkan tubuh mereka melalui senam kaki.