

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini kehidupan manusia semakin dimudahkan dengan adanya kemajuan teknologi. Semua hal yang terjadi di sekeliling kita, semakin cepat dan mudah. Contohnya, semakin banyaknya transportasi yang dapat kita gunakan untuk berpergian seperti mobil dan motor. Kondisi seperti ini membuat manusia menjadi malas untuk bergerak.

Kurangnya aktifitas fisik dapat mengganggu kesehatan. Kondisi malas untuk bergerak seperti ini dapat menimbulkan efek negatif pada kesehatan. Salah satu penyakit yang muncul akibat gaya hidup yang tidak sehat adalah diabetes melitus (DM). Seperti yang disebutkan oleh Jais, et al (2019) bahwa aktivitas fisik yang dilakukan seseorang dapat mempengaruhi kadar gulanya, karena penggunaan glukosa oleh otot meningkat ketika seseorang melakukan aktivitas fisik yang tinggi.

DM adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat kekurangan sekresi insulin, gangguan aktifitas insulin atau keduanya (Bulu et al. 2019). Ditambahkan oleh Widyanto & Triwibowo (2013) DM adalah penyakit degeneratif yang memerlukan upaya penanganan yang tepat dan serius. Jika tidak diatasi, DM dapat menimbulkan beberapa komplikasi penyakit seperti penyakit jantung, stroke, disfungsi ereksi, gagal ginjal, dan kerusakan sistem syaraf.

Data Kemenkes RI (2018) menyatakan bahwa DM di Indonesia mengalami kenaikan dari 6,9% menjadi 8,5%. Prevalensi diabetes melitus di Jawa Barat mengalami kenaikan dari 1,3% menjadi 1,7%. Tingginya penderita DM tidak hanya terjadi di Indonesia. Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF, 2019) 462 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita penyakit DM dengan prevalensi sebesar 9,3%.

Menurut Desalu et al (2013) pada penderita DM, komplikasi yang sering muncul yaitu pada kaki. Jika tidak dilakukan pencegahan sejak dini, komplikasi yang terjadi semakin parah dan mengharuskan tindakan

amputasi. Sebagai usaha untuk mencegah dan menangani diabetes melitus (DM), terdapat empat pilar pencegahan dan penanganan DM yang terdiri atas edukasi, terapi nutrisi atau perencanaan makan, aktifitas fisik, dan farmakologi (Yunitasari et al., 2019). Tindakan pencegahan bagi penderita DM tidak hanya melalui tindakan farmakologi, tapi juga dapat menggunakan terapi non-farmakologi seperti melakukan rendaman kaki dengan menggunakan air hangat.

Metode rendaman air hangat merupakan metode yang populer di kalangan masyarakat Cina. Masyarakat Cina merekomendasikan merendam kaki dengan air hangat setiap hari untuk meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi demam. Salah satu alasannya karena kaki adalah jantung kedua manusia karena kaki memiliki banyak titik akupunktur. Sehingga metode rendaman air hangat bermanfaat untuk menurunkan kontraksi otot sehingga menimbulkan perasaan rileks (Gunawan, 2014).

Menurut Lalage (2015) secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Dampak air hangat pada pembuluh darah dapat meningkatkan sirkulasi darah, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan di dalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament yang mempengaruhi sendi tubuh. Rendam kaki dengan air hangat memiliki beberapa manfaat diantaranya meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan relaksasi otot dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Hardianti et al., 2018). Sedangkan menurut Khotimah (2014) rendam air hangat pada kaki dapat meningkatkan vaskularisasi perifer pada kaki penderita DM. Meningkatnya vaskularisasi perifer dapat berdampak pada penurunan nilai *Ankle Brachial Index (ABI)*.

Penggunaan air hangat yang mempunyai dampak positif bagi pembuluh darah dan memicu saraf yang ada pada telapak kaki untuk bekerja. Saraf yang ada pada kaki menuju pada organ vital diantaranya jantung, paru-paru, lambung dan pankreas. Air hangat membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Faktor pembebanan di dalam air akan menguatkan otot-otot yang mempengaruhi sendi tubuh (Umah K 2012).

Berdasarkan fenomena dan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengambil judul dengan “Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Untuk Meningkatkan Sirkulasi Darah Dalam Mencegah Komplikasi Pada Ny. Y Dengan Diabetes Melitus”

B. Tujuan Penulisan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

Memahami dan mengaplikasikan rendam kaki air hangat untuk mencegah komplikasi pada pasien diabetes melitus

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien.
- b. Mampu melakukan pengkajian pada pasien diabetes melitus.
- c. Mampu menentukan intervensi keperawatan pada pasien diabetes melitus.
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan dengan aplikasi rendam kaki air hangat untuk meningkatkan sirkulasi darah pada pasien diabetes melitus.
- e. Mampu mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus

C. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan bacaan dan referensi mengenai tindakan non-farmakologi rendam air hangat pada pasien diabetes melitus untuk meningkatkan sirkulasi darah

2. Manfaat Praktis, Bagi Pasien dan Keluarga

Menambah pengetahuan kepada pasien dan keluarga tentang cara mencegah komplikasi dengan aplikasi rendam kaki air hangat untuk meningkatkan sirkulasi darah kaki pada pasien diabetes melitus.