

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) saat ini menjadi penyebab utama yang menyebabkan kematian secara global dengan mewakili 63% dari seluruh kematian tahunan. Kematian paling banyak yang disebabkan oleh PTM yaitu penyakit kardiovaskuler dengan jumlah 17,3 juta orang per tahunnya, lalu diikuti penyakit kanker dengan jumlah 7,6 juta orang, penyakit pernafasan sebanyak 4,2 juta orang, dan penyakit diabetes melitus sebanyak 1,3 juta orang menurut (Masitha et al., 2021)

International Diabetes Federation (2021) menyebutkan sekitar 537 juta orang dewasa dengan usia 20-79 tahun menderita diabetes. Penderita diabetes melitus akan terus mengalami peningkatan dan diprediksi mencapai 643 juta orang pada tahun 2030 dan 783 juta orang pada tahun 2045. Pada tahun 2021 tercatat kematian sebanyak 6,7 juta orang yang disebabkan oleh diabetes. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 19,47 juta dari 179,72 juta penduduk, yang berarti prevalensi diabetes di Indonesia adalah sebesar 10,6% dari jumlah penduduk.

Riskesdas, 2018 menggambarkan secara umum angka prevalensi diabetes melitus di Indonesia mengalami peningkatan yang sangat signifikan selama lima tahun terakhir. Pada tahun 2013, angka prevalensi diabetes melitus mencapai 6,9%, dan di tahun 2018 angka diabetes

melitus terus melonjak hingga 8,5%. Sementara itu prevalensi diabetes di Jawa Barat dari hasil diagnosis dokter pada penduduk seluruh usia yaitu 1,3 % dan prevalensi diabetes di kota Tasikmalaya sebesar 1,0% (Laporan Riskesdas Jabar, 2018). Masyarakat yang mengalami diabetes melitus di kota Tasikmalaya, khususnya di puskesmas Tamansari jumlah penderita diabetes melitus pada tahun 2022 sebanyak 290 orang. Penderita diabetes melitus diantaranya perempuan yang berjumlah 213 orang sedangkan laki laki sebanyak 77 orang (Puskesmas Tamansari, 2022).

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi hormon insulin atau karena penggunaan yang tidak efektif dari produksi insulin. Hal ini ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah (Kemenkes RI, 2020). Tingginya kadar gula darah disebut juga dengan hiperglikemia. Hiperglikemia yang berat dapat menyebabkan gejala seperti poliuria, polidipsia, polifagia, penurunan berat badan, kelelahan bahkan dapat mengakibatkan penurunan kinerja. Hiperglikemia kronis dapat menyebabkan gangguan sekresi atau kinerja insulin, serta gangguan fungsional dari berbagai jaringan dan juga organ. Diabetes melitus di klasifikasikan menjadi 4 yaitu diabetes melitus tipe 1, diabetes melitus tipe 2, diabetes melitus gestasional dan diabetes melitus tipe lain (Widiasari et al., 2021)

Berdasarkan kasus DM, DM tipe 2 termasuk kasus yang paling sering terjadi. Presentase penyakit diabetes tipe 2 ini mencapai 90-95%. Penyebab dari DM tipe 2 ini bervariasi dimulai dengan yang dominan yaitu dengan adanya resistensi insulin yang disertai dengan defisiensi insulin, dan juga akibat dari dominannya defek sekresi insulin yang disertai resistensi insulin. Faktor yang dapat meningkatkan resiko terjadinya DM tipe 2 yaitu faktor etnisitas, riwayat diabetes pada keluarga, dan juga riwayat Gestasional Diabetes Melitus (GDM) ditambah dengan usia yang lebih tua, berat badan yang berlebihan atau obesitas, pola makan yang tidak sehat, kurangnya beraktivitas, dan juga kebiasaan dari merokok. Seiring berjalannya waktu, penderita diabetes mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Penyebab tingginya penderita diabetes salah satunya yaitu akibat dari gaya hidup yang buruk (Istiqomah & Yuliyani, 2022).

Penderita diabetes melitus tipe 2 memegang peranan penting gaya hidup. Seseorang yang beresiko mengalami penyakit diabetes harus mengubah gaya hidup dengan cara menurunkan berat badan, melakukan aktivitas fisik minimal 150 menit dalam satu minggu, dan mengurangi makanan yang mengandung lemak untuk menurunkan kejadian diabetes. Oleh karena itu, bagi penderita diabetes langkah baiknya dapat mengatur pola makan serta melakukan aktivitas dan juga berolahraga (Permana et al., 2019). Upaya dalam meningkatkan gaya hidup yang lebih efektif, keluarga berperan penting dalam memberikan dukungan

pada keluarga yang mengalami diabetes melitus (Meidikayanti & Wahyuni, 2017).

Peran keluarga sangat penting untuk melakukan pengelolaan penyakit diabetes melitus, sebab penyakit DM ini merupakan penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup. Maka dari itu perlu dilakukan edukasi pada anggota keluarga untuk memberikan pemahaman mengenai perjalanan penyakit, pencegahan, penyulit, serta penatalaksanaan diabetes melitus salah satunya dengan latihan aktivitas fisik (PERKENI, 2021).

Aktivitas fisik merupakan gerakan tubuh yang dilakukan dengan energi dan tenaga sehingga dapat mengeluarkan keringat. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan diantaranya berjalan, berlari, bersepeda, berenang dan juga kelas gabungan (*aqua fitness classes*). *American College of Sports Medicine* (ACSM) mengatakan bahwa jalan kaki merupakan salah satu jenis latihan yang direkomendasikan dalam aktivitas sehari-hari. Jalan kaki dengan frekuensi tertentu dapat menurunkan resiko penyakit metabolik seperti diabetes melitus (Permana et al., 2019)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Yitno & Wahyu Riawan, 2017) tentang pengaruh jalan kaki ringan 30 menit terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2 dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh jalan kaki ringan 30 menit terhadap penurunan kadar gula darah pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian lain yaitu (Rehmaitamalem, 2021) tentang pengaruh jalan kaki

terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 dapat disimpulkan bahwa kegiatan aktivitas fisik berupa jalan kaki sangat baik dilakukan oleh penderita diabetes melitus. Kegiatan tersebut dapat dilakukan sebanyak 3 kali dalam satu minggu dengan durasi yang efektif yaitu selama 30 menit. Dengan begitu, aktivitas fisik harus dilakukan secara berkala dan rutin agar dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Penelitian lain (Yahya, 2022) tentang pengaruh aktivitas fisik terhadap gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan kadar gula darah setelah melakukan aktivitas jalan kaki.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pemberian Edukasi melalui Demonstrasi Aktivitas Fisik Jalan Kaki untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Mengalami Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang muncul dari latar belakang di atas yaitu :

Bagaimana gambaran asuhan keperawatan keluarga dengan Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pemberian Edukasi melalui Demonstrasi Aktivitas Fisik Jalan Kaki untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Mengalami Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Setelah dilakukan studi kasus, penulis mampu melakukan penelitian tentang gambaran Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pemberian Edukasi melalui Demonstrasi Aktivitas Fisik Jalan Kaki untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga dalam Merawat Anggota Keluarga yang Mengalami Diabetes Melitus.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Setelah dilakukan studi kasus, diharapkan penulis dapat :

- 1.3.1.1 Mengidentifikasi karakteristik keluarga yang merawat anggota keluarga yang mengalami Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Tamansari.
- 1.3.1.2 Menggambarkan tahap pengkajian II (tugas kesehatan keluarga) mengenai kemampuan keluarga dalam manajemen Diabetes Melitus keluarga tidak efektif.
- 1.3.1.3 Menggambarkan pelaksanaan edukasi melalui demonstrasi Aktivitas Fisik Jalan Kaki untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus.
- 1.3.1.4 Menggambarkan kemampuan keluarga dalam melakukan Aktivitas Fisik Jalan Kaki setelah dilakukan edukasi melalui Demonstrasi.
- 1.3.1.5 Menggambarkan kemandirian keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus.
- 1.3.1.6 Menggambarkan penurunan kadar gula darah setelah dilakukan Aktivitas Fisik Jalan Kaki.

## **1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah**

### **1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan**

Dari studi kasus ini, diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dan dasar pemikiran dalam proses belajar mengajar pada mata kuliah keperawatan keluarga terutama dalam melakukan intervensi asuhan keperawatan keluarga dengan Diabetes Melitus.

### **1.4.2 Bagi Puskesmas**

Diharapkan pemberian edukasi melalui demonstrasi aktivitas fisik jalan kaki untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.

### **1.4.3 Bagi Keluarga**

Meningkatkan keterampilan dalam merawat anggota keluarga dan diharapkan klien dan keluarga mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang cara merawat anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus.