

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat gangguan sekresi insulin jangka panjang (kronis), kerja insulin atau keduanya yang dapat menyebabkan disfungsi organ terutama mata, ginjal, syaraf, jantung, dan pembuluh darah. Diabetes mellitus sering disebut juga sebagai penyakit *silent killer* karena penderita pada umumnya tidak menyadari kondisi penyakit ini dan diketahui telah terjadi komplikasi. (Siti Annisa Pujiwijaya & Lucia Firsty Puspita Krishna, 2022)

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu prioritas dari 4 (empat) penyakit tidak menular yang menjadi perhatian penting dunia dan dapat mengurangi usia harapan hidup sekitar 5-10 tahun. Pengurangan usia harapan hidup pada pasien Diabetes Mellitus terjadi karena kualitas hidup pasien menurun akibat adanya komplikasi yang terjadi. Hal ini secara signifikan akan berdampak pada peningkatan angka kematian. (Noor Istiqomah et al., 2022)

International Diabetes Federation mencatat diabetes telah menyebabkan 6,7 juta kematian di dunia pada tahun 2021. Bisa diartikan terjadi 1 kematian setiap 5 detiknya. Indonesia berada di peringkat keenam angka kematian tertinggi di dunia dengan angka mencapai 236 ribu pada tahun 2021. Sedangkan di Jawa Barat sendiri, diabetes merupakan urutan ke tiga penyebab kematian dikarenakan sebagai faktor terjadinya komplikasi dengan peningkatan persentasi mencapai 10% selama 10 tahun berturut-turut. Di wilayah 3, Kuningan berjumlah 17.663 penderita, Majalengka berjumlah 13.024 penderita, Indramayu berjumlah 30.709 penderita dan Cirebon menempati urutan kedua tertinggi dengan data pada tahun 2019-2020 dari 21.981 orang menjadi 22.345 orang serta di tahun 2021 meningkat

menjadi 46.837 orang. Di Desa Karang Sari, tercatat 52 pasien menderita penyakit diabetes mellitus tipe 2 dalam 3 bulan terakhir dan termasuk penyakit ketiga terbanyak. (Dinkes, 2021; Jabar, 2019; Kementerian Kesehatan RI, 2012; Pahlevi, 2021)

Diabetes mellitus terjadi akibat pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau hormon yang dapat mengatur glukosa darah sehingga tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Penyakit diabetes mellitus memiliki ciri utama yaitu terjadinya hiperglikemia yang terjadi akibat produksi insulin yang tidak memadai dan ketidakmampuan tubuh merespon insulin atau disebut resistensi insulin. Faktor penyebab lain yaitu adanya faktor genetik, usia, obesitas, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik serta sering merokok. Dari semua kasus Diabetes Mellitus, Diabetes mellitus tipe 2 merupakan kasus yang paling sering terjadi dengan persentase 90-95% yang didominasi usia 40-65 tahun. (Noor Istiqomah et al., 2022)

Penanganan dan penatalaksanaan bagi pasien Diabetes Mellitus dikenal dengan 4 (empat) pilar. Yaitu, nutrisi, edukasi, latihan fisik serta terapi farmakologi. Pelaksanaan kegiatan ini sangat membutuhkan kolaborasi dari berbagai macam tenaga medis seperti dokter, perawat, ahli gizi serta keluarga dan kerabat dekatnya agar berjalan dengan maksimal sehingga kualitas kesehatan pasien meningkat. (Noor Istiqomah et al., 2022)

Berdasarkan banyak bukti ilmiah menunjukkan bahwa latihan fisik dapat membantu mencegah dan memperlambat penyakit DM tipe 2 serta dapat mengontrol gula darah. Penelitian di Finlandia membuktikan bahwa intervensi dengan latihan fisik minimal 30 menit setiap harinya terjadi penurunan 39% terhadap risiko diabetes. Penelitian di Amerika oleh Knowler mengikutsertakan 3234 subyek penelitian dengan intoleransi glukosa dan didapatkan hasil bahwa penelitian kelompok dengan intervensi latihan fisik selama 150 menit dalam seminggu mempengaruhi risiko terjadi

diabetes sebanyak 58% dibandingkan dengan kelompok lainnya.(Hayati, 2021)

Salah satu contoh latihan fisik ringan yang bisa dilakukan oleh penderita diabetes adalah berjalan kaki selama 30 menit dan berjalan cepat (brisk walking) selama 20 menit. Brisk walking merupakan salah satu dari olahraga aerobik dengan focus untuk menjaga kadar gula darah dalam rentang normal.(Hati & Muchsin, 2022)

Beberapa penelitian seperti Hati & Muhsin (2022), hasil penelitian didapat kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukannya latihan fisik brisk walking exercise mengalami perubahan dari 222,67 mg/dl menjadi 199,33 mg/dl. Artinya terjadi penurunan gula darah sebanyak 23,34 mg/dl dilaksanakan 6 periode dalam 2 minggu atau 3 periode setiap minggunya. Penelitian lain yaitu Hayati,dkk (2021), setelah dilakukan tindakan brisk walking exercise sebanyak 3 kali selama 30-50 menit dalam seminggu dalam kurun waktu 2 sampai 3 minggu terdapat penurunan kadar glukosa darah 1,00.

Berdasarkan paparan dalam latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dilakukan tindakan *Brisk Walking Exercise* di Wilayah Puskesmas Kabupaten Cirebon

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis merumuskan masalahnya sebagai berikut “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dilakukan tindakan *Brisk Walking Exercise* di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon?”

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan pada keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dilakukan *Brisk Walking Exercise* di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon.

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan studi kasus penulis dapat :

- a) Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang dilakukan tindakan *Brisk Walking Exercise* di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon
- b) Menggambarkan pelaksanaan tindakan *Brisk Walking Exercise* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon
- c) Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang dilakukan tindakan *Brisk Walking exercise* di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon
- d) Menganalisis kesenjangan pada kedua pasien dengan penyakit diabetes mellitus tipe 2 yang dilakukan tindakan *Brisk Walking Exercise* di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon

1.4. Manfaat

Adapun manfaat dari penulisan karya tulis ilmiah adalah :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan keluarga dengan masalah utama Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan melakukan tindakan *Brisk Walking Exercise*

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi Klien dan Keluarga

Dapat menambah informasi serta pengetahuan mengenai penatalaksanaan cara mencegah serta perawatan mandiri mengenai penyakit diabetes mellitus tipe 2 dengan melakukan tindakan *Brisk Walking Exercise*

1.4.2.2. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah informasi serta perbaruan mengenai pengembangan penelitian mengenai asuhan keperawatan keluarga dengan diabetes mellitus tipe 2 dengan melakukan tindakan *Brisk Walking exercise* sebagai salah satu latihan fisik yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah.

1.4.2.3. Bagi Puskesmas

Memberi tambahan informasi mengenai tindakan keperawatan latihan fisik serta saran masukan bagi puskesmas dalam proses meningkatkan mutu pelayanan pada klien diabetes mellitus tipe 2 dengan melakukan tindakan *Brisk Walking Exercise*.

1.4.2.4. Bagi Penulis

Penulis diberi kesempatan untuk mendapatkan banyak pengalaman, pengetahuan serta meningkatkan keterampilan sebagai perawat dalam melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan diabetes mellitus tipe 2 dengan tindakan *Brisk Walking Exercise* di wilayah Puskesmas Kabupaten Cirebon secara langsung dan komprehensif dalam lingkup bio-psiko-sosial-spiritual