

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus atau secara umum masyarakat sebut dengan kencing manis merupakan suatu penyakit kronis dengan multi etiologik yang biasanya terjadi akibat dari gaya hidup seseorang yang tidak sehat, hal tersebut mempengaruhi beberapa fungsi tubuh salah satunya kelainan pada sistem metabolik yang mengakibatkan gangguan hormonal sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah. Masyarakat terkadang tidak menyadari jika dirinya mengalami diabetes melitus maka dari itu untuk penanganan akan mengalami keterlambatan, apabila hal tersebut tidak segera ditangani maka akan menyebabkan terjadinya berbagai komplikasi diantaranya gagal jantung, hipertensi, dan stroke (Lutia, 2023).

Penyakit Diabetes Melitus mempunyai resiko terkena banyak masalah kesehatan yang mematikan, pengurangan kualitas hidup, dan peningkatan resiko kematian, dan kadar gula darah tinggi yang berkelanjutan menyebabkan kerusakan pembuluh darah secara umum yang mempengaruhi jantung, mata, ginjal, dan saraf. Sehingga diperlukan kegiatan pergerakan tubuh secara teratur. Pada orang yang jarang berolahraga, zat makanan yang masuk kedalam tubuh tidak dibakar sehingga ditimbun didalam tubuh sebagai lemak dan gula, saat insulin tidak mencukupi, glukosa didalam tubuh tidak dapat diubah energi maka akan menyebabkan DM (Maulida, 2023).

Saat ini penyakit Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan yang sering dikeluhkan oleh masyarakat di dunia karena pola kejadiannya mengalami peningkatan. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Prevalensi diabetes di Indonesia menepati urutan ketujuh tertinggi di dunia setelah China, India, USA, Brazil, Rusia dan Mexico. Berdasarkan data IDF tahun 2015 tentang penderita DM, penduduk Indonesia yang sudah mengalami penyakit ini sebanyak 10 juta orang. Di Indonesia Prevalensi DM sekitar 4.8% dan lebih dari setengah kasus DM (58.8%) tidak terdiagnosis. Diperkirakan sebanyak 21,3 Juta masyarakat di Indonesia menyandang diabetes pada tahun 2030. Di Jawa Barat memiliki prevalensi total penderita DM sebanyak 1,7%, Dimana Jawa Barat berada di urutan 10 dari 33 provinsi yang ada di Indonesia (Arfania, 2021). Prevalensi DM menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, 2020 meningkat menjadi 15.366 penderita (Dinkes Kabupaten Tasikmalaya, 2020). Prevalensi DM di wilayah Manonjaya sebanyak 0,89% dengan jumlah 373 orang dari semua usia (Nasution, Andilala, & Siregar, 2021).

Sebagai unit kecil di masyarakat, keluarga mempunyai peran utama dalam memelihara kesehatan seluruh anggota keluarganya dan mengusahakan tercapainya peningkatan kesehatan, karena masalah kesehatan yang dimiliki oleh individu dapat mempengaruhi pada kesehatan anggota keluarga yang lain. Untuk meningkatkan serta memberikan dukungan dalam keluarga salah satunya

dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam membimbing keluarga, kelompok ataupun masyarakat dapat dilakukan penerapan senam prolanis untuk menurunkan kadar glukosa darah pada DM tipe 2.

Penatalaksanaan Diabetes Melitus dilaksanakan dengan pengendalian gula darah salah satunya adalah senam, selain senam kegiatan lainnya adalah konsultasi medis. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasien diabetes mellitus terkait dengan pengendalian kadar gula darah. Terkait senam prolanis, hasil penelitian mengindikasikan adanya perbedaan antara kadar gula darah (KGD) sebelum dan sesudah kegiatan Senam Prolanis. Upaya untuk menurunkan kadar gula darah yaitu melalui empat pilar penatalaksanaan DM seperti edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani dan terapi farmakologi. Salah satu dari pilar tersebut dilakukan dengan cara memberikan Senam Prolanis (Hasfika et al, 2020).

Senam Prolanis adalah salah satu olahraga yang mudah dilakukan oleh penderita diabetes melitus. Latihan jasmani merupakan upaya awal dalam mencegah, mengontrol, serta mengatasi meningkatnya kadar glukoksa dalam darah. Salah satu latihan jasmani yang dianjurkan adalah senam prolanis. Senam prolanis merupakan aktifitas fisik yang dirancang berdasarkan usia dan status fisik dan merupakan bagian dari pengobatan diabetes melitus. Latihan jasmani yang berupa olahraga dapat menyebabkan terjadinya peningkatan aliran darah, pembuluh kapiler lebih banyak terbuka sehingga lebih banyak tersedia reseptor insulin dan reseptor akan menjadi lebih aktif yang akan berdampak terhadap penurunan glukosa darah pada pasien diabetes. Olahraga

adalah gerakan badan untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh. Berbagai hasil penelitian yang ada menunjukkan hasil yang bervariasi terhadap efektivitas olahraga bagi penderita diabetes melitus (Rahma & Syamsiyah, 2020).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Neng Herni, Dayan Hisni, Naziyah dapat berfungsi sebagai referensi untuk penelitian masa depan tentang dampak Latihan Senam Prolanis terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, dan juga dapat memandu penyedia layanan kesehatan dalam menerapkan program olahraga untuk manajemen diabetes. Penelitian ini menunjukkan bahwa olahraga Senam Prolanis dapat menjadi intervensi yang efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, yang mengarah pada peningkatan kondisi fisik dan kualitas hidup. Senam Prolanis menghasilkan penurunan kadar gula darah yang signifikan pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan nilai p 0,023. Kelompok intervensi memiliki kadar gula darah pretest rata-rata 238,10 mg/dl dan Tingkat posttest 188,75 mg/dl, dengan perbedaan 49,35 mg/dl. Kelompok control menunjukkan penurunan kadar gula darah yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok control, dengan perbedaan rata-rata 49,35 mg/dl pada kelompok intervensi dan 28,20 md/dl pada kelompok control (Herni Neng, 2023).

Penelitian menunjukkan bahwa Senam Prolanis efektif dalam mengurangi kadar glukosa darah dan meningkatkan sirkulasi perifer pada pasien diabetes melitus tipe 2. Aktivitas fisik secara teratur, termasuk Senam Prolanis dapat memiliki efek positif pada sensitivitas insulin dan kontrol

glukosa yang lebih baik pada individu dengan diabetes melitus tipe 2. Penerapan Senam Prolanis pada pasien diabetes melitus tipe 2 telah ditemukan secara signifikan mengurangi kadar glukosa darah setelah intervensi, dengan penurunan rata-rata 57 mg/dl ($p=0,004$) (Nadinda, 2023).

Berdasarkan uraian diatas bahwa senam prolanis dapat digunakan sebagai salah satu metode untuk menurunkan kadar glukosa darah, maka penulis tertarik untuk mengambil studi kasus mengenai diabetes melitus untuk menerapkan asuhan keperawatan secara maksimal dan optimal dengan penerapan senam prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah dengan judul karya tulis ilmiah “Asuhan Keperawatan Keluarga yang memperoleh Penerapan Senam Prolanis Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penulisan ini adalah “Bagaimana gambaran asuhan keperawatan yang memperoleh penerapan senam prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah?”

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis dapat melakukan asuhan keperawatan pada keluarga dalam menerapkan senam prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- 1.3.2.1 Menggambarkan karakteristik keluarga dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Manonjaya yang dilakukan penerapan Senam Prolanis.
- 1.3.2.2 Menggambarkan tahapan pelaksanaan penerapan Senam Prolanis pada keluarga dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Manonjaya.
- 1.3.2.3 Menggambarkan perubahan kadar gula darah pada keluarga dengan Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Manonjaya setelah dilakukan intervensi penerapan Senam Prolanis
- 1.3.2.4 Menggambarkan kesenjangan pada kedua keluarga dengan Diabetes Melitus yang dilakukan penerapan Senam Prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah.

1.4 Manfaat Teoritis

1.4.1 Bagi Penulis

Menambah pemahaman tentang diabetes melitus serta penatalaksanaan dengan menerapkan penerapan senam prolanis terhadap penurunan kadar glukosa darah pada anggota keluarga yang mengalami diabetes melitus.

1.4.2 Bagi Klien dan Keluarga

Setelah dilaksanakan penerapan senam prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah pada anggota keluarga yang mengalami

diabetes melitus penulis berharap dapat meningkatkan pengetahuan klien dan keluarga, mencegah angka kejadian dan komplikasi akibat dari penyakit diabetes melitus, serta klien termotivasi untuk senantiasa meningkatkan kualitas hidupnya dengan cara menerapkan senam prolanis.

1.4.3 Bagi Instituti Pendidikan

Dari studi kasus ini, diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan atau saran dan menjadi bahan perbandingan serta menjadi dasar pemikiran pada proses belajar mengajar dalam mata kuliah keperawatan keluarga terutama dalam melakukan intervensi asuhan keperawatan dengan diabetes melitus.

1.4.4 Bagi Puskesmas

Penerapan senam prolanis untuk penurunan kadar glukosa darah pada anggota keluarga yang mengalami diabetes melitus dapat mengendalikan angka kejadian, menurunkan kadar gula darah dan komplikasi akibat dari penyakit Diabetes Melitus di wilayah Puskesmas.