

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang dikenal juga dengan penyakit kronis, penyakit non-infeksi, *new communicable disease*, dan penyakit degeneratif yang tidak dapat menular dari orang ke orang melalui bentuk apapun (Hamzah et al., 2021).

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 71 Tahun 2015, pemerintah Indonesia mengembangkan program Pos Pembinaan Penyakit Tidak Menular Terpadu (Posbindu PTM) yang sesuai dengan prinsip WHO yang ditetapkan pada tahun 2010 (Permenkes RI dalam Febriawati et al., 2024) dan Undang-Undang Republik Indonesia No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, khususnya pada pasal 93, pasal 94, dan pasal 95 dalam menanggulangi penyakit tidak menular (Rahmat, 2023). Biaya pengobatan penyakit tidak menular (PTM) jauh lebih tinggi daripada pengobatan penyakit menular yang paling banyak dijumpai. Oleh karena itu, pencegahan menjadi fokus strategi nasional utama untuk mengatasi penyakit tidak menular. Sebagaimana dinyatakan dalam program Pos Pembinaan Terpadu PTM, strategi utama yang digunakan oleh pemerintah Indonesia untuk mengatasi masalah penyakit tidak menular adalah promotif dan preventif sambil secara bersamaan mempertimbangkan tindakan kuratif dan rehabilitatif (Undang-Undang RI dalam Febriawati et al., 2024).

Salah satu penyakit tidak menular adalah diabetes mellitus. Diabetes mellitus merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi glukosa darah disertai munculnya gejala utama yang khas, yakni urine yang berasa manis dalam jumlah besar. Istilah “diabetes” berasal dari bahasa Yunani yang berarti “*siphon*”, ketika tubuh menjadi suatu saluran untuk mengeluarkan cairan yang berlebihan, dan “mellitus” dari bahasa Yunani dan latin yang berarti madu. Kelainan yang menjadi penyebab mendasar dari diabetes melitus adalah defisiensi relatif atau absolut dari hormon insulin (Bilous & Donnelly, 2022).

Penyakit diabetes mellitus juga dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius yaitu penyakit jantung, diabetes melitus (DM) merupakan penyakit berbahaya yang sering disebut sebagai *silent killer*. Di Indonesia, diabetes melitus disebut kencing manis. Diabetes Mellitus adalah gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk perubahan gaya hidup. Penyebab Diabetes Mellitus meliputi gagal ginjal kronis, penyakit kardiovaskular (risiko ganda), kerusakan retina yang dapat mengakibatkan kebutaan, dan kerusakan saraf yang dapat menyebabkan impotensi dan gangren dengan kemungkinan amputasi. Jenis diabetes mellitus yaitu salah satunya diabetes mellitus tipe 2 (Susi M, 2024).

Diabetes Mellitus tipe 2 merupakan kerusakan sentral dari resistensi insulin pada otot dan liver serta adanya kegagalan sel β pankreas. Organ lain yang berkontribusi terhadap gangguan toleransi glukosa pada diabetes mellitus tipe 2 meliputi jaringan lemak (meningkatnya lipolisis), gastrointestinal (defisiensi incretin), sel alpha pankreas (hiperglukagonemia), ginjal (peningkatan absorpsi

glukosa), dan otak (resistensi insulin). Hiperglikemia atau peningkatan kadar glukosa darah di atas normal, merupakan gejala umum diabetes melitus (Lenggogeni, 2023).

Diabetes mellitus termasuk dalam empat penyakit tidak menular utama yang memerlukan pemantauan berkelanjutan. Perlu diketahui bahwa selama sepuluh tahun terakhir jumlah dan prevalensi diabetes mellitus terus meningkat. Diabetes mellitus merupakan penyebab kematian terbanyak kedelapan dan penyebab kematian terbanyak kelima pada perempuan. Pada tahun 2015, negara dengan prevalensi Diabetes tertinggi di dunia adalah China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia, dan Meksiko, dengan sekitar 10 juta orang yang terkena penyakit Diabetes Mellitus (WHO, 2016 dalam Arania et al., 2021). Orang-orang di Asia Tenggara dan Pasifik Barat memiliki risiko tertinggi terkena diabetes mellitus. Ada sekitar 422 juta orang penderita diabetes di seluruh dunia, dan jumlah terbesar orang yang tinggal di Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian disebabkan oleh penyakit diabetes setiap tahunnya (IDF dalam Juliani et al., 2024).

Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menginformasikan bahwa prevalensi diabetes di Indonesia adalah 10,9% dan mengalami peningkatan menjadi 11,7% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan populasi dan angka penderita diabetes berusia 20 hingga 79 tahun di Indonesia akan meningkat setiap tahunnya (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Di Jawa Barat, pada tahun 2019 terdapat 848.455 kasus diabetes mellitus dan pada tahun 2020 terdapat 1.012.622 kasus (Anri, 2022).

Pada tahun 2023, di Kabupaten Cirebon terdapat penurunan dari 23.174 orang menjadi 14.055 orang yang terdiagnosis diabetes mellitus. Pada tahun 2023 terdapat 18.614 orang penderita diabetes mellitus di Kabupaten Kuningan, 12.096 orang di Kabupaten Majalengka, dan 31.964 orang di Kabupaten Indramayu (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2020).

Pengelolaan diabetes mellitus tipe 2 perlu dilakukannya penyuluhan, penyuluhan penting untuk memberikan panduan tentang kebiasaan makan bergizi, aktivitas fisik yang konsisten, memantau kadar gula darah, dan menangani stres. Tujuannya adalah agar keluarga dapat mengelola kondisi mereka secara efektif dan mencegah potensi komplikasi (Runtu et al., 2024).

Meningkatkan kesehatan keluarga memerlukan fokus yang signifikan, di samping bantuan profesional kesehatan dalam menerapkan strategi pencegahan, seperti mendidik individu tentang potensi komplikasi dan terlibat dalam berbagai kegiatan sebagai intervensi senam kaki. Melakukan senam kaki dapat meningkatkan aliran darah di ekstremitas bawah. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa individu dengan diabetes mellitus dapat menjaga kesehatan kaki mereka secara efektif dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Purwanto et al., 2024). Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ika Purwanto pada tahun 2023 yang menunjukkan adanya keterkaitan antara aktivitas fisik dengan gula darah pada penderita diabetes mellitus.

Aktivitas fisik yang teratur merupakan elemen kunci dalam pengelolaan diabetes mellitus (DM) dan dapat membantu menurunkan risiko komplikasi terkait

DM, seperti neuropati perifer. Melakukan senam kaki dapat meringankan neuropati perifer. Latihan Kaki telah terbukti efektif mengurangi neuropati perifer pada individu penderita DM. Melakukan senam kaki meningkatkan pemanfaatan glukosa di otot dan membuka sel pengangkut glukosa, yang pada gilirannya mengaktifkan reseptor insulin. Senam kaki memiliki pengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah yang dapat dilihat dari nilai *p value* 0,01. Perbedaan kadar glukosa darah sebelum mendapat implementasi yaitu 333,60 mg/dl dan terdapat penurunan glukosa darah sesudah dilakukan implementasi yaitu 297,20 mg/dl (Wellyanah et al., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wellyanah pada tahun 2024, dengan hasil bahwa pelaksanaan senam kaki dapat secara efektif menurunkan kadar gula darah, efeknya akan berkurang setelah 2x24 jam. Untuk mengoptimalkan efek senam kaki, senam kaki dapat dilakukan 1x dalam 2 hari atau 3 kali dalam 1 minggu selama 30 menit pada klien memiliki pengaruh terhadap penurunan kadar gula darah klien dengan diabetes mellitus di posbindu dengan nilai *p value* 0,000 ($p < 0,05$).

Peran perawat dalam mengelola klien dengan diabetes mellitus tipe 2 yaitu memberikan pendidikan kesehatan, pengelolaan gizi seimbang, pengelolaan obat-obatan, mengelola aktivitas fisik yang seimbang, pengelolaan stress, memantau kondisi kesehatan secara teratur, mengelola komplikasi yang terkait dengan diabetes mellitus tipe 2, dan membantu klien dalam mengelola kesehatannya sendiri.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik mengangkat studi kasus dengan implementasi senam kaki bagi penderita diabetes mellitus tipe-2 sebagai

Laporan Tugas Akhir. Adapun judulnya yaitu “Implementasi Senam Kaki Pada Keluarga Dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah yaitu “Bagaimanakah Gambaran Pelaksanaan Senam Kaki Pada Keluarga Dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis mampu menggambarkan pelaksanaan senam kaki pada keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat menggambarkan:

- a. Pelaksanaan implementasi senam kaki pada keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 di wilayah kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon.
- b. Respon atau perubahan setelah dilakukan implementasi senam kaki pada keluarga dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 di wilayah kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon.
- c. Analisis kesenjangan pada kedua keluarga Diabetes Mellitus Tipe-2 yang dilakukan implementasi senam kaki di wilayah kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan studi kasus ini dapat menambah sumber informasi dalam melakukan implementasi senam kaki diabetes pada keluarga dengan diabetes mellitus tipe-2.

1.4.2 Manfaat Praktik

1.4.2.1 Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan keluarga untuk melakukan secara mandiri dan rutin yaitu 5x dalam seminggu dengan waktu 30 menit, khususnya bagi keluarga dengan diabetes mellitus tipe-2 yang diberikan implementasi senam kaki.

1.4.2.2 Penulis

Diharapkan penulis dapat memperoleh pengalaman dan menambah keterampilan dalam melaksanakan proses implementasi senam kaki pada keluarga dengan diabetes mellitus tipe-2.

1.4.2.3 Puskesmas

Diharapkan dapat memberi informasi tambahan bagi puskesmas dalam mengembangkan intervensi keperawatan senam kaki pada keluarga dengan diabetes mellitus tipe-2, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan meningkatkan mutu pelayanan.

1.4.2.4 Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dimanfaatkan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam melakukan implementasi senam kaki pada keluarga dengan diabetes mellitus tipe-2.