

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang tidak dapat diabaikan. Diabetes mellitus adalah salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang paling diamati dan merupakan salah satu penyakit yang jumlah penderitanya terus bertambah di setiap tahunnya. Di Indonesia, diabetes merupakan ancaman paling banyak bagi pembangunan kesehatan nasional (Yurida & Huzaifah, 2019).

World Health Organization, 2016, memperkirakan jumlah orang yang mengidap diabetes mellitus di seluruh dunia akan meningkat dua kali lipat, dari 171 juta menjadi 366 juta pada tahun 2030. Menurut International Diabetes Federation (IDF),2021. Indonesia menempati peringkat ke-5 sedunia dengan jumlah penderita diabetes tertinggi dengan jumlah orang diabetes mellitus sebesar 15,5 juta orang dari total 536,6 juta orang. Hasil Riskesdas 2018, Prevalensi diabetes mellitus di Jawa Barat sebesar 1,7% berada dibawah prevalensi nasional sebesar 2%. Sedangkan kasus DM di wilayah Kabupaten Cirebon menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, pada tahun 2022 menduduki urutan ke-9 dari total 108 kabupaten atau kota di Jawa Barat dengan jumlah penderita DM yaitu 21.981 (Dinkes Jabar,2022).

Ada empat cara untuk mengendalikan gula darah. Metode untuk menurunkan kadar gula darah termasuk penggunaan obat atau farmakologi,terapi gizi dan nutrisi,

edukasi tentang cara mandiri mengendalikan diabetes, dan aktivitas fisik (American Diabetes Association, 2014). Aktivitas fisik sangat penting untuk mencegah dan mengendalikan diabetes mellitus.

Menurut Helmawati (2014), ada dua cara untuk mengendalikan kadar gula darah yang tinggi. Yaitu dengan menggunakan obat glikemik oral (OHA) atau obat hipoglikemis oral dan terapi penurunan gula darah melalui penerapan gaya hidup sehat, yang mencakup pola makan yang sehat dan olahraga atau aktivitas fisik yang sesuai. Jalan kaki adalah salah satu jenis aktivitas fisik yang disarankan untuk penderita diabetes melitus tipe II.

Salah satu faktor yang sangat mempengaruhi pengaturan gula darah pasien diabetes mellitus adalah aktivitas fisik (Widana, 2019). Melakukan aktivitas fisik jalan kaki selama 30 menit membantu mengontrol gula darah. Penelitian yang dilakukan oleh Sirisha dan Paramjyothi pada tahun 2015 menunjukkan bahwa jalan kaki ringan selama 30 menit, 3 hingga 4 kali seminggu secara rutin bermanfaat untuk mengontrol kadar gula darah dengan p-value <0,001. Serta pada penelitian Rohmana, Rochyati, & Hidayat (2019) kelompok dengan perlakuan latihan fisik 30 menit selama 5 hari perminggu mengalami penurunan kadar gula darah. Pasien latihan fisik ini mengalami penurunan kadar gula darah rata-rata 9 ml/dl. Hal ini cukup efektif, apabila penderita diabetes melitus tipe II melakukannya secara rutin dan teratur. Sejalan dengan penelitian Widya (2015), aktivitas terapi jalan selama 30 menit yang dilakukan secara teratur tiga hingga empat kali seminggu efektif dalam mengontrol kadar gula darah

pasien DM Tipe 2 . Oleh karena itu, dapat diperbaiki dengan melakukan aktivitas fisik seperti jalan kaki selama 30 menit secara rutin dan terus menerus.

Berdasarkan pembahasan latar belakang diatas, terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari salah satu metode yang dapat menurunkan kadar gula darah dan membantu mengontrol gula darah. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan “Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Yang Dilakukan Terapi Aktivitas Berjalan Kaki 30 Menit Per hari Di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Yang Dilakukan Terapi Aktivitas Berjalan Kaki 30 Menit Perhari Di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari di Puskesmas Talun kabupaten Cirebon.

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus pada asuhan keperawatan keluarga dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi aktivitas berjalan di puskesmas talun Cirebon dapat :

- a. Menggambarkan asuhan keperawatan pada dua keluarga dengan masalah diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit perhari di puskesmas talun kabupaten Cirebon
- b. Menggambarkan pelaksanaan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari pada dua keluarga dengan diabetes mellitus tipe II di Puskesmas talun kabupaten Cirebon
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada dua keluarga dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari di Puskesmas Talun kabupaten Cirebon
- d. Menganalisis perbedaan respon pada dua keluarga dengan diabetes mellitus tipe II yang dilakukan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari di Puskesmas Talun kabupaten Cirebon.

1.4 Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat menambah referensi dan pemecahan masalah dalam asuhan keperawatan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit per hari pada pasien diabetes mellitus tipe II.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Penulis

Penulis dapat menambah ilmu pengetahuan, pengalaman serta keterampilan dalam terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit perhari terhadap klien diabetes mellitus.

1.4.2.2 Bagi Institusi

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi sumber ilmu pengetahuan dan informasi tentang pelaksanaan terapi aktivitas berjalan kaki 30 menit perhari pada klien diabetes mellitus.

1.4.2.3 Bagi Klien dan Keluarga

Meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta keterampilan dan terapi nonfarmakologi aktivitas berjalan kaki 30 menit perhari untuk mengontrol kadar gula darah.

1.4.2.4 Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil studi kasus ini dapat memberi masukan bagi pelayanan kesehatan dalam mengembangkan intervensi keperawatan berjalan kaki 30 menit per hari terhadap penderita diabetes mellitus tipe II , sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan meningkatkan mutu pelayanan