

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Diabetes Melitus atau DM merupakan penyakit kronis dengan prevalensi tinggi di seluruh dunia. Penyakit ini ditandai dengan peningkatan kadar gula darah secara terus-menerus yang disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi atau menggunakan insulin secara efektif. Jika tidak ditangani dengan baik, diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, gagal ginjal, gangguan penglihatan, dan amputasi.

Menurut (WHO, 2019), Istilah diabetes menggambarkan sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai dan diidentifikasi berdasarkan kejadiannya. Hiperglikemia tanpa pengobatan. Penyebabnya adalah termasuk ketidakdekuatan Sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya, serta gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein. Efek jangka panjang pada diabetes yaitu retinopati, nefropati dan neuropati dan komplikasi lainnya. Penderita diabetes juga memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit lain, seperti penyakit jantung, penyakit arteri perifer, serebrovaskular, obesitas, katarak, disfungsi ereksi dan penyakit hati berlemak/*fatty liver*. Penderita DM juga memiliki risiko lebih tinggi tertular penyakit menular tertentu, seperti tuberkulosis.

Menurut (Kemenkes, 2020), Rata-rata prevalensi penderita DM secara Global yaitu 8,3% pada rentang usia 20-79 tahun, dimana penderita paling banyak berasal dari negara Cina dengan total 116,4 juta penderita, sedangkan untuk Indonesia sendiri menempati urutan no 7 dengan total penderita sebanyak 10,7 juta jiwa. Menurut (Riskesdas, 2018), Prevalensi penderita DM di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta sebanyak 3,1% yang mana merupakan provinsi dengan peringkat ke 3 terbanyak di Indonesia. Sedangkan untuk Kabupaten Sleman sendiri, jumlah penderita DM sebanyak 24.689 orang.

Senam diabetes adalah senam fisik yang dirancang menurut usia dan status fisik

dan merupakan bagian dari pengobatan diabetes melitus (Kurniawati,2018). Adapun Gerakan atau cara senam DM menurut (Kemenkes P. , 2021) adalah sebagai berikut. Latihan senam kaki dapat dilakukan dengan posisi berdiri, duduk, dan tidur, Senam kaki dapat dilakukan dengan cara menggerakkan kaki dan sendi-sendi kaki misalnya berdiri dengan kedua tumit diangkat, mengangkat kaki dan menurunkan kaki. Gerakan dapat berupa gerakan menekuk, meluruskan, mengangkat memutar keluar atau kedalam. Selain itu gerakan mencengkram dan meluruskan jari-jari kaki juga menjadi bagian dari senam kaki Diabetes. Latihan senam kaki Diabetes dapat dilakukan setiap hari secara teratur, dimana saja. Bisa sambil bersantai bersama keluarga maupun menonton televisi. Ketika kaki terasa dingin, lakukan senam kaki Diabetes. Latihan senam kaki Diabetes ini dilakukan setiap hari secara teratur, dimanapun saja. Bisa sambil bersantai bersama keluarga maupun menonton televisi. Ketika kaki terasa dingin, lakukan senam kaki Diabetes

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus sebelum dan sesudah melakukan senam Diabetes Melitus”

## **C. Tujuan penulisan**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kadar gula darah pada pasien diabetes melitus yang melakukan senam DM di Dusun Cupuwatu 2, Kalasan.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mendeskripsikan gambaran karakteristik responden pada pasien diabetes melitus di Kalasan.
- b. Mendeskripsikan kadar gula darah pasien diabetes melitus *Pre* Senam DM di Kalasan.

- c. Mendeskripsikan kadar gula darah pasien diabetes melitus *Post* Senam DM di Kalasan.

#### **D. Manfaat**

Hasil penelitian yang akan diperoleh, peneliti berharap hal tersebut dapat memberikan manfaat. Adapun manfaat dari penelitian yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai salah satu bentuk pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan Komunitas khususnya yang berkaitan pada kadar gula darah pada penderita diabetes melitus, menguatkan penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya, serta dapat dimanfaatkan sebagai data untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang dapat memberikan pengetahuan dan wawasan terhadap masyarakat terutama yang berkaitan dengan bidang Keperawatan Komunitas terhadap penggunaan Senam DM pada kegiatan promosi kesehatan khususnya upaya promotive, preventif, kuratif serta rehabilitatif pada pasien penderita DM.

- b. Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bentuk pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan layanan kesehatan terutama dalam pemeriksaan kadar gula darah pasien diabetes melitus.

- c. Bagi Peneliti

Penelitian ini sangat berguna untuk menambah pengalaman serta pengetahuan peneliti tentang gambaran penggunaan Senam DM

dalam Upaya Kesehatan di komunitas. Selain itu, penelitian ini merupakan sebuah karya ilmiah dari peneliti.

#### **E. Tehnik pengumpulan data**

Adapun tehnik yang digunakan oleh penulis dalam mengumpulkan data guna penyusunan penulisan yaitu dengan cara Observasi partisipasi, sebelum dan sesudah dilakukan senam DM, para partisipan diukur kadar gula darah dengan alat glucometer lalu dicatat hasilnya.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA