

BAB I

PENDAHULUAN

A. Judul

Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Senam Kaki DM Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah di Ruang Raudhah RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

B. Latar Belakang Masalah

Diabetes Melitus menjadi salah satu penyakit degeneratif karena DM merupakan bagian dari empat prioritas PTM (Penyakit tidak menular) yang mana penyakit ini selalu mengalami peningkatan setiap tahun (American Diabetes Association, 2022). DM terjadi ketika produksi insulin pada pankreas tidak mencukupi atau pada saat insulin tidak dapat digunakan secara efektif oleh tubuh International Diabetes Federation (2019)

International Diabetes Federation (IDF) (2022) mencatat 1 dari 10 atau 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 orang setiap 5 detik. Perkiraan prevalensi diabetes pada wanita usia 20-79 tahun sedikit lebih rendah dari pada pria yaitu 10,2% banding 10,8%. Pada tahun 2021, ada 17,7 juta pria lebih banyak hidup dengan diabetes dibanding wanita. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta, dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta.

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 prevalensi penyakit DM yang sudah terdiagnosis dokter di Indonesia dengan persentase sebanyak 2,0%, DKI Jakarta menjadi urutan pertama dengan prevalensi DM yang paling tinggi dengan persentase 3,4%, kedua Kalimantan Timur dengan persentase 3,0%, dan yang ketiga termasuk Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) (RISKESDAS, 2018). Sedangkan penderita DM dikota Yogyakarta berdasarkan Riskesdas 2019 sebesar 4,79% atau 15.540 jiwa. (RISKESDAS, 2019). Berdasarkan hasil catatan administrasi RS PKU

Muhammadiyah Yogyakarta di bangsal Raudhah, pasien yang dirawat dengan diagnosis DM mulai bulan Januari – Juli 2023 sebanyak 58 pasien.

Kadar gula darah yang tidak stabil pada penderita DM dalam jangka waktu tertentu dapat menimbulkan beberapa macam komplikasi, diantaranya komplikasi mikrovaskuler yang meliputi kerusakan system saraf (neuropati), kerusakan system ginjal (nefropati) dan kerusakan mata (retinopati). Komplikasi makrovaskular meliputi penyakit jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer. Penyakit pembuluh darah perifer pada penderita DM dapat menyebabkan luka yang sulit sembuh, gangren, bahkan amputasi (Laksono et al, 2022)

Penderita DM berpotensi mengalami komplikasi baik komplikasi akut maupun kronik. Komplikasi akut meliputi hipoglikemia, hipermosmolar, dan ketoasidosis. Sedangkan komplikasi kronik meliputi mikrovaskular, makrovaskular, penyakit neuropati, rentan infeksi dan ulcus / gangren / kaki diabetic (Nurjannah & Asthiningsih, 2023). Luka Kaki Diabetes (LKD) menjadi salah satu komplikasi dari DM yang disebabkan oleh neuropati, resiko LKD yang mengalami penongkatan dapat meningkatkan komplikasi lebih lanjut karena penyumbuan luka yang tertunda. Diperkirakan 19–34% pasien dengan diabetes cenderung terkena LKD dalam hidup mereka, dan IDF melaporkan bahwa 9,1–26,1 juta orang dengan LKD meningkat setiap tahunnya. Pasien dengan LKD juga ditemukan memiliki peningkatan risiko kematian 2,5 kali lipat dibandingkan dengan diabetes tanpa luka kaki (Everett & Mathioudakis, 2018). Menurut Najihah & Paridah (2021) yang mengalami infeksi LKD sebanyak 52,8%, yang termasuk luka infeksi ringan atau grade 2 sebanyak 32.1% dan infeksi sedang atau grade 3 sebanyak 20.8%

Pada akhirnya penderita diabetes dengan LKD akan menjalani amputasi yang memiliki banyak efek pada kualitas hidup penderita diabetes. Tingkat kelangsungan hidup untuk pasien yang menjalani amputasi adalah sekitar 50% setelah tiga tahun. Risiko amputasi pada pasien dengan diabetes adalah 15 kali lebih besar dari pada pasien tanpa diabetes (Yazdanpanah et al., 2018).

Pengelolaan terapi pada penderita DM ada beberapa macam penatalaksanaan, seperti terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Pada terapi farmakologi penderita mendapatkan insulin dan obat hipoglikemik oral, sedangkan pada terapi non farmakologi penderita mendapatkan edukasi mengenai pola gaya hidup, pengaturan diet makanan, dan aktivitas fisik sehari-hari. (Ramadhan & Mustofa, 2022)

Salah satu aktivitas fisik sehari-hari yang dapat dilakukan oleh penderita DM adalah senam kaki. Senam kaki DM merupakan salah satu jenis olah raga yang dapat diterapkan pada penderita DM. Senam kaki diabetik ini sangat dianjurkan untuk penderita DM karena dapat meningkatkan sirkulasi darah, kepekaan kaki. Ketika otot aktif bergerak akan meningkatkan kontraksi, sehingga permeabilitas membran sel terhadap glukosa meningkat lalu resistensi insulin menurun, dan sensitivitas insulin meningkat yang menyebabkan kadar glukosa dalam darah menurun (Zakiudin et al., 2022).

Senam kaki diabetes dapat diberikan pada penderita DM tipe 1 maupun DM tipe 2 dengan tujuan memperbaiki sirkulasi darah sehingga perfusi jaringan membaik, nutrisi ke jaringan lebih lancar, memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta mengatasi keterbatasan gerak sendi yang sering dialami oleh penderita DM (Rahayu, 2018).

Pengaruh senam kaki terhadap kadar gula darah dalam penelitian (Lambrinou et al., 2019) bahwa aktivitas fisik dan olahraga seperti senam kaki diabetik sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus, mencegah komplikasi, dan pengelolaan gula. Ini dapat meningkatkan kontrol gula darah, mengurangi faktor risiko kardiovaskular, meningkatkan kesejahteraan, dan membantu penurunan berat badan. Menurut (Nuraeni & Arjita, 2019a) menyatakan bahwa senam kaki dapat secara efektif membantu mengontrol kadar gula darah selain minum obat atau diet untuk mengurangi komplikasi akibat sirkulasi darah yang buruk, seperti luka lama sembuh yang berujung pada gangren.

Menurut Astuti & Hartutik (2023) Ada penurunan kadar glukosa darah sewaktu setelah dilakuan senam kaki selama 3 hari berturut-turut dalam waktu

15 menit. Menurut Ningrum et al., (2020) senam kaki yang dilakukan 2x/hari selama 3 hari berturut-turut dapat memberikan hasil yang efektif terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu. Penelitian Nopriani & Saputri, (2021) mengatakan bahwa senam kaki dapat menurunkan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2 karena senam kaki diabetes menggunakan gerakan ritmis dan termasuk senam arobic yang minim efek samping sehingga dapat dilakukan oleh semua umur

Berdasarkan masalah di atas, penulis tertarik untuk menerapkan pengaruh senam kaki pada penderita Diabetes Mellitus guna mengetahui pengaruh senam kaki terhadap penurunan gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2

C. Tujuan

Untuk mengetahui pengaruh senam kaki diabetes terhadap penurunan kadar glukosa darah pada penderita DM

D. Manfaat

1. Manfaat Bagi Ilmu Keperawatan

Peneliti berharap dari studi kasus ini dapat memberikan wawasan dan pemahaman dalam dunia praktik mengenai manajemen kasus DM

2. Manfaat Bagi Pasien

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tambahan pada pasien dan keluarga pasien yang mengalami DM untuk menurunkan kadar glukosa darah dengan teknik nonfarmakologi.

3. Manfaat Bagi Pelayanan Kesehatan

Studi kasus ini diharapkan menjadi bahan masukan untuk pelayanan kesehatan agar diterapkan pada pasien penderita DM.

E. Teknik Pengumpulan Data

Penulis mengumpulkan data dengan cara observasi – partisipatif dengan cara melakukan pengamatan dan turut serta dalam melakukan tindakan pelayanan keperawatan yaitu melakukan senam kaki diabetes.