

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan sekelompok penyakit yang menimbulkan beban kesehatan masyarakat tertentu karena tersebar luas di seluruh dunia yang menjadi salah satu penyebab utama kematian dan sangat sulit untuk dikendalikan. Semakin meningkatnya frekuensi kejadian PTM di Masyarakat, maka perhatian terhadap PTM semakin hari semakin meningkat. Kecenderungan peningkatan ini terjadi terutama pada diabetes melitus. Data dunia menunjukkan lebih 80% kematian akibat penyakit DM (Diabetes melitus) terjadi pada negara berpendapat rendah dan menengah, 29% terjadi pada kelompok usia di bawah 60 tahun (Bustan, 2015).

International Diabetes Federation I (IDF) tahun 2021 melaporkan bahwa lebih dari setengah miliar manusia dari seluruh dunia hidup dengan diabetes, atau lebih tepatnya terdapat 537 juta orang, jumlah ini dapat diperkirakan akan mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan bisa mencapai 783 pada tahun 2045 (Kemenkes RI, 2022). Atlas IDF edisi ke – 10 menjelaskan bahwa di Indonesia, total populasi dewasa berusia 20 – 79 tahun terdapat 179,7 jiwa, dan diperkirakan yang menderita penyakit diabetes pada usia 20 – 79 tahun mencapai sebanyak 19,4 jiwa (10,6%). Diperkirakan pasien DM yang tidak terdiagnosis pada usia 20 – 79 tahun adalah 73,7 % (Kemenkes RI, 2022).

Profil Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta menjelaskan bahwa jumlah kasus DM pada tahun 2021 terdapat 83.568 penderita, dan penderita DM yang sudah mendapatkan pelayanan Kesehatan sesuai standar terdapat 50.530 penderita atau 69,5% (Dinkes Jogja, 2021). Laporan tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman menunjukkan bahwa pada tahun 2019 kasus DM yang mendapatkan pelayanan Kesehatan sesuai standar adalah 20.404 orang dari jumlah penderita berdasarkan prevalensi hasil Riskesdas 2018 sebanyak 24.689 orang atau sudah tercapai 82,64% dari target 100%. Puskesmas Gamping II menempati urutan ke 6 dengan jumlah kasus DM terbanyak di Kabupaten Sleman (Dinkes Sleman, 2020). Berdasarkan data hasil studi pendahuluan di Puskesmas Gamping II dari periode akhir tahun 2022 sampai saat ini, menunjukkan sebanyak 468 orang yang mengalami DM.

Beberapa dampak yang sering muncul bagi penderita DM yaitu pandangan sedikit kabur, kebas, dan kesemutan pada saat melakukan aktivitas sehari – hari (Hasanah & Hisni, 2023). Hal tersebut dapat terjadi karena kadar gula dalam darah meningkat sehingga menyebabkan rusaknya saraf, pembuluh darah dan struktur internal lainnya, sehingga menyebabkan pasokan darah ke kaki semakin terhambat dan efeknya bagi penderita diabetes melitus yaitu merasakan gangguan sirkulasi darah pada kakinya (Ratnawati *et al*, 2019). Hampir 60% penderita DM merasakan kebas dan kesemutan yang disebabkan karena tingginya kadar gula darah (Maria, 2021).

Selain berdampak bagi penderita, DM juga dapat berdampak kepada keluarga maupun Negara. Bagi keluarga DM dapat memberikan dampak yang signifikan terutama pada masalah ekonomi karena penanganannya yang memerlukan pemantauan dan pengobatan harian yang kompleks. Selain masalah keuangan, dampak lain yang dapat muncul yaitu dampak psikologis karena keluarga cenderung merasa khawatir akan komplikasi yang dapat terjadi serta ketakutan akan kehilangan orang dicintai sering kali menyebabkan keluarga penderita diabetes merasa stres dan frustrasi (Albourhi & Halim, 2021).

Hal di atas menunjukkan bahwa efek dari DM dapat mempengaruhi kondisi sosial-ekonomi Masyarakat dan mengancam produktivitas ekonomi nasional, terutama pada negara-negara dengan berpenghasilan rendah dan menengah. Semakin banyak penderita DM maka semakin banyak pengeluaran yang dikeluarkan oleh negara karena penderita DM memerlukan pengobatan seumur hidup sehingga diperlukan biaya yang tidak sedikit untuk mengatasi kondisi tersebut (Cakrawala, 2021). Oleh karena itu diperlukan upaya pencegahan untuk menghindari terjadinya berbagai hal yang tidak diinginkan dengan cara menerapkan empat pilar penatalaksanaan DM.

Penatalaksanaan penderita DM yang dikenal dengan empat pilar yaitu edukasi, terapi nutrisi, aktivitas fisik dan farmakologi. Hal ini sangat penting dalam proses mengontrol perjalanan penyakit dan komplikasi pada penderita DM (Marbun *et al*, 2022). Aktivitas fisik pada penderita DM

memiliki peranan penting dalam pengendalian kadar gula darah, dimana saat melakukan aktivitas fisik terjadi peningkatan produksi glukosa oleh otot yang aktif sehingga secara langsung dapat menyebabkan penurunan glukosa darah (Alza et al, 2020). Salah satu aktivitas yang dianjurkan bagi penderita DM yaitu senam kaki (Susilawati *et al*, 2019).

Senam kaki DM dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah yang terganggu, melatih sendi supaya tetap lentur, mencegah terjadinya komplikasi pada organ seperti mata, otak, jantung dan ginjal (Utama, 2021). Senam kaki bagi penderita diabetes terbukti dapat mengontrol kadar gula darah (Matos *et al*, 2018). Senam kaki dilakukan 3 kali dalam seminggu secara berturut-turut dengan durasi waktu 20-30 menit sangat efektif dalam membantu menurunkan kadar gula darah (Hasanah & Hisni, 2023). Penegasan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ratnawati, Adyani, dan Fitroh (2019), yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh dalam pelaksanaan senam kaki yang dilakukan 3 kali dalam seminggu secara berturut-turut dengan durasi waktu 30 menit terhadap pengendalian gula darah pada lansia diabetes melitus di Posbindu Anyelir Lubang Buaya dengan *p-value* 0,000 ($p < 0.05$).

Peran perawat sangat penting dalam membantu perawatan bagi penderita DM secara keseluruhan. Perawat berkontribusi dalam memberikan intervensi tepat waktu yang berfokus pada pasien dan menghasilkan kualitas hidup pada penderita DM yang lebih baik (Alshammari *et al*, 2021). Selain perawat, keluarga dapat berperan

sepenuhnya dalam pengaturan aktivitas fisik seperti mengatur jadwal, mengingatkan, menemani atau mendampingi selama melakukan aktivitas fisik sehingga dapat membantu mengontrol gula darah (Nurhayati *et al*, 2020). Sehingga proses pendekatan yang dapat dilakukan perawat dalam membantu mengontrol gula darah pada penderita DM yaitu dengan menggunakan proses pendekatan asuhan keperawatan keluarga. Tujuan dari proses asuhan keperawatan keluarga ini yaitu untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam memelihara kesehatan keluarga mereka sehingga dapat meningkatkan status kesehatan keluarganya (Salamung *et al*, 2021). Peran keluarga dalam pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga yaitu sebagai perlindungan dan dukungan psikososial bagi anggota keluarga; perawatan Kesehatan keluarga dengan cara menyediakan kebutuhan fisik seperti makanan, pakaian, tempat tinggal dan minuman (Friedman, 1998).

Dari uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai Implementasi Senam Kaki Diabetes pada Anggota Keluarga dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.

B. Rumusan Masalah

Masalah diabetes melitus jika tidak segera ditangani dapat mengakibatkan terjadinya penyakit komplikasi bahkan menyebabkan kematian. Senam kaki adalah salah satu intervensi keperawatan yang dapat membantu menurunkan jumlah kadar gula darah dan rasa kebas kesemutan

pada penderita DM. Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan diatas penulis menyimpulkan bahwa rumusan masalahnya adalah “Bagaimana Implementasi Senam Kaki Dalam Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II?”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Melaksanakan asuhan keperawatan keluarga dengan berfokus pada penerapan senam kaki pada dua keluarga dengan diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pelaksanaan senam kaki pada anggota keluarga dengan diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.
- b. Mengidentifikasi respon pasien pada anggota keluarga dengan masalah diabetes melitus terhadap pelaksanaan senam kaki di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II
- c. Mengidentifikasi faktor pendukung serta faktor penghambat selama dilakukannya senam kaki pada anggota keluarga dengan diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan mutu peningkatan terutama dalam

bidang keperawatan keluarga yaitu mengenai senam kaki diabetes pada anggota keluarga dengan diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat melakukan senam kaki sebagai upaya untuk mengatasi diabetes pada anggota keluarga dengan diabetes melitus.

b. Bagi Tenaga Kesehatan Perawat

Diharapkan hasil studi kasus ini dapat meningkatkan keterampilan perawat dalam implementasi senam kaki diabetes pada anggota keluarga dengan diabetes melitus.

c. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan menambah kepustakaan mengenai implementasi senam kaki diabetes pada anggota keluarga dengan diabetes.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam memberikan tindakan keperawatan dan dijadikan sebagai peningkatan keterampilan penulisan mengenai ilmu keperawatan khususnya dalam implementasi senam kaki diabetes pada anggota keluarga dengan diabetes.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian oleh Yofa dan Sutrisari (2021) berjudul “Pengaruh Senam Kaki terhadap Nilai *Ankle Brachial Index* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II: Sebuah Tinjauan Sistematis”

Penelitian ini mengidentifikasi senam kaki diabetes terhadap nilai *ankle brachial index* pada pasien diabetes melitus tipe II melalui sistemik review. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan sistematis review dimana sumber data penelitian ini berasal dari literatur yang diperoleh dari pencarian utama melalui berbagai sumber jurnal. Hasil tinjauan sistemik ini menunjukkan bahwa senam kaki memberikan pengaruh baik terhadap *ankle brachial index* pada pasien diabetes melitus tipe II yang mengalami masalah pada perfusi perifer. Persamaan pada penelitian ini yaitu terdapat pada senam kaki yang berpengaruh dalam pengendalian gula darah dan mengurangi rasa kesemutan pada pasien diabetes melitus. Perbedaan penelitian ini terdapat pada metode yang digunakan dimana penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan sistematis review.

2. Penelitian oleh Akas *et al*, (2021) judul “Aktivitas Gerak Kaki sebagai Upaya Menurunkan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus”

Tujuan penelitian ini untuk mengatasi manfaat senam kaki, mengetahui indeks dan kontraindikasi senam kaki. Penelitian ini responden diberikan leaflet seta video tutorial senam diabetes agar bisa

dipraktikkan sendiri di rumah dan dapat mengamati bahwa senam kaki dapat berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah dan peningkatan sensitivitas ujung telapak kaki pada lansia diabetes melitus di kelas GCL. Metode yang digunakan penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif dengan melakukan uji pengaruh antara pelaksanaan senam kaki dengan turunnya kadar gula darah dengan menggunakan responden sebanyak 80 orang. Penelitian ini menunjukkan bahwa hasil pelaksanaan senam diabetes yang dilakukan oleh kelompok GCL yang dilakukan secara mandiri oleh peserta menunjukkan terjadi penurunan kadar gula darah dengan peserta yang rutin melakukan senam sebanyak 4 kali dalam seminggu. Persamaan penelitian ini yaitu terdapat pada kerangka konsep pelaksanaan yang dilakukan pada penelitian. Perbedaan penelitian ini yaitu pengelolaan data yang dilakukan secara kuantitatif dengan jumlah responden 80 orang.

3. Penelitian oleh Diah, Sang, dan Adyani (2019) berjudul “Pelaksanaan Senam Kaki Mengendalikan Kadar Gula Darah pada Lansia Diabetes Melitus di Posbindu Anyelir Lubang Buaya”

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh senam kaki terhadap kadar gula darah pada lansia diabetes di Posbindu Anyelir Lubang Buaya. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan design *quasi experimental* dengan *one group Pre test post test design*. Senam kaki diabetes ini dilakukan 3 kali dalam seminggu selama 30 menit pada lansia penderita diabetes. Pada penelitian ini

menjelaskan bahwa terdapat pengaruh ketika sebelum dan sesudah melakukan senam kaki terhadap pengendalian kadar gula darah pada lansia di Posbindu Anyelir Lubang Buaya. Persamaan penelitian ini yaitu frekuensi pelaksanaan senam kaki yang dilakukan 3 kali dalam seminggu selama 30 menit yang diharapkan dapat mengontrol kadar gula darah. Perbedaan penelitian ini terdapat pada metode penelitian yang menggunakan desain *quasi-experimental* dengan *one group pretest post test design* tanpa kelompok pembanding atau kontrol.

4. Penelitian oleh Hofifah dan Dayan (2023) berjudul "Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Senam Kaki Diabetes pada Klien Tn A dan Ny Y dengan Diagnosa Medis Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD UKI"

Membahas tentang manfaat senam kaki untuk memperlancar peredaran darah dan menurunkan kadar gula darah, memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot kaki dan memperlancar peredaran darah di kaki. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu desain deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan menggunakan Teknik senam kaki diabetes pada pasien diabetes melitus. Instrumen penelitian ini menggunakan glucometer dan kertas koran. Persamaan penelitian ini terdapat pada metode penelitian yang digunakan yaitu desain deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan menggunakan Teknik senam kaki diabetes. Perbedaan penelitian ini terdapat pada instrumen yang digunakan pada studi kasus.

5. Penelitian oleh Eni (2020) berjudul “Analisis Intervensi Senam Diabetes Dalam Upaya Menurunkan Kadar Gula Darah”

Membahas tentang pengaruh senam diabetes terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes. Jenis penelitian ini menggunakan *quasy experiment design* dengan rancangan *non equivalent control group design*, dengan 1 kelompok intervensi dan 1 kelompok control. Jumlah responden pada penelitian ini sejumlah 2 orang dengan mengambil 2 subjek penelitian, instrumen yang digunakan yaitu wawancara, lembar observasi, lembar observasi *balance exercise*. Senam kaki pada penelitian ini dilakukan selama 5 hari berturut-turut dan efektif menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes. Persamaan penelitian ini terdapat pada responden yang digunakan, yaitu jumlah total responden sebanyak 2 orang dengan mengambil sampel 2 subjek penelitian. Perbedaan penelitian ini terdapat pada frekuensi pelaksanaan yang dilakukan selama 5 hari berturut-turut.