

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus Tipe II atau sering disebut dengan diabetes melitus non-insulin-dependent (NIDDM) merupakan bentuk diabetes melitus yang paling umum, dengan kelompok usia tertinggi adalah 40 tahun ke atas (*American Diabetes Association, 2020*). Gejala utama dari diabetes melitus adalah hiperglikemia. Banyak faktor yang membuat terjadinya kondisi hiperglikemia, faktor utamanya adalah gangguan peran hormon insulin (*Dafriani et al., 2019*).

Terhitung sekitar 90% dari seluruh diabetes, diabetes melitus tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum. Perubahan pola makan dan aktivitas fisik yang terkait dengan pesatnya pembangunan dan urbanisasi telah menyebabkan peningkatan jumlah penderita diabetes melitus tipe 2. Sebelumnya, penyakit ini diderita oleh orang lanjut usia. Namun karena meningkatnya tingkat obesitas, gaya hidup dan pola makan yang buruk, Diabetes Melitus Tipe II semakin meningkat pada anak-anak, remaja dan dewasa muda (*IDF, 2021*).

Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah penderita diabetes meningkat dari 108 juta pada tahun 1980 menjadi 422 juta pada tahun 2014. Dari tahun 2000 hingga 2019, angka kematian terkait diabetes

meningkat sebesar 3% (WHO, 2021). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), Indonesia saat ini menempati peringkat ke-5 dengan jumlah penduduk usia 20 hingga 79 tahun menderita diabetes atau setara dengan 19,5 juta jiwa. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2045 menjadi 28,6 juta penderita diabetes (IDF, 2021).

Kementerian Kesehatan RI dalam rangka pencegahan penyakit tidak menular mengungkapkan bahwa diabetes melitus merupakan penyebab kematian ketiga setelah penyakit jantung koroner dan kanker (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, diabetes menjadi penyebab 3,7 juta kematian di Indonesia. Daerah Istimewa Yogyakarta menempati urutan ketiga dengan tingkat penyakit diabetes melitus sebesar 3,1% (Riskesdas, 2018). Kasus diabetes melitus di D.I. Yogyakarta pada tahun 2021 sebanyak 83.568 pasien, 50.530 pasien diabetes melitus mendapat pelayanan medis standar (60,5%). Di Kabupaten Bantul jumlah pasien diabetes yang terdaftar 15.727 (Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul, 2022).

Berdasarkan data studi pendahuluan di Puskesmas Sanden, penyandang diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Sanden mencapai 520 orang terhitung dari Januari sampai September 2023, dengan rincian 170 orang di Kelurahan Murtigading, 157 orang di Kelurahan Srigading, 144 orang di Kelurahan Gadinghari, 34 orang di Kelurahan Gadingharjo dan 15 orang dari luar Kapanewon Sanden yang terdata di Puskesmas Sanden.

Penderita diabetes melitus seringkali mengalami gangguan biomekanik, seperti lambatnya pergerakan otot kaki, perubahan tekanan pada telapak kaki, sehingga meningkatkan risiko terjadinya ulkus plantar. Akibat perubahan tersebut, penderita diabetes akan mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, mengganggu fungsinya dan berdampak negatif terhadap kualitas hidup mereka (Pedras. S & Carvalho. R, 2018). Komplikasi diabetes melitus yang sering terjadi adalah ulkus kaki yang akan menurunkan kualitas hidup serta meningkatkan angka kesakitan dan kematian. Penderita diabetes melitus memiliki risiko 15-20% terkena ulkus kaki diabetik dalam waktu 5 tahun dengan tingkat kekambuhan 50-70% dan 85% diantaranya memerlukan amputasi. Untuk meminimalkan komplikasi penyakit kaki diabetik, pengobatan harus dimulai sedini mungkin (PERKENI, 2019).

Penatalaksanaan diabetes melitus termasuk pengobatannya, dapat dilakukan dengan atau tanpa obat. Hal ini dilakukan untuk mencegah komplikasi atau memburuknya kondisi pengidap diabetes melitus dan berdampak pada angka kematian akibat penyakit tersebut. Selain individu, keluarga juga berperan penting dalam mengendalikan kondisi penderita diabetes. Terdapat empat pilar dukungan keluarga dalam penatalaksanaan diabetes, yaitu pengelolaan pola makan (gizi), aktivitas (olahraga), edukasi keluarga bagi penderita diabetes, dan kepatuhan terhadap pengobatan diabetes (Mokodongan *et al.*, 2022).

Olahraga penting dalam membantu mengontrol kondisi penderita diabetes dan berperan dalam mengatur kadar gula darah. Berdasarkan Riskesdas 2018, pengendalian diabetes melitus nonfarmakologis di Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 351 orang dengan tingkat olahraga 57,4%. Aktivitas fisik yang dapat dilakukan pada pasien diabetes melitus salah satunya adalah latihan senam kaki diabetes. Senam kaki untuk penderita diabetes ini dapat melancarkan sirkulasi darah, sehingga nutrisi lebih mudah mencapai jaringan, memperkuat otot kecil, otot paha dan betis, serta dapat mengatasi keterbatasan gerak sendi yang dialami oleh penderita diabetes (Yulianti & Januari, 2021). Menurut Erlina *et al.* (2022), senam kaki bagi penyandang diabetes melitus bermanfaat dalam meningkatkan aliran darah dan meningkatkan sensitivitas insulin untuk mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi kronis. Senam kaki juga bermanfaat dalam meningkatkan kecepatan konduksi saraf pada tungkai bawah, meningkatkan sensitivitas kulit dan kepadatan serabut saraf di epidermis, sehingga dapat menunda proses neuropati perifer diabetes dan memperlambat kerusakan kulit. Senam kaki diabetes juga dapat meningkatkan sensitivitas pergelangan kaki, rentang gerak kaki, dan mendistribusikan kembali tekanan pada telapak kaki saat melakukan gerakan (Matos M *et al.*, 2018).

Dalam pelaksanaannya, keluarga juga memegang peranan penting. Masalah perawatan keluarga akan timbul jika fungsi perawatan kesehatan keluarga terhadap satu atau lebih anggota keluarga penderita diabetes tidak

terlaksana. Oleh karena itu, perlu adanya pemberian pelayanan asuhan keperawatan keluarga dengan penerapan yang sesuai dengan kondisi keluarga. Salah satunya dengan berolahraga khususnya senam kaki.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai penerapan senam kaki pada anggota keluarga penderita diabetes di wilayah kerja Puskesmas Sanden. Pada penelitian ini dilakukan studi kasus dengan mengambil dua kasus. Peneliti memilih lokasi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sanden karena tingginya jumlah penderita diabetes yaitu sebanyak 520 orang, belum pernah dilakukan penelitian mengenai senam kaki di wilayah kerja Puskesmas Sanden dan dari aspek ekonomi lebih praktis, mudah, dan tidak memerlukan biaya yang mahal untuk perawatan. Peneliti memilih lokasi di Kalurahan Murtigading dengan kasus tertinggi. Hal ini diharapkan dapat mendukung berfungsinya peran keluarga secara sehat pada penderita diabetes.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana implementasi senam kaki pada anggota keluarga penyandang diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sanden?”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui implementasi senam kaki pada anggota keluarga penyandang diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sanden.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan keluarga penyandang diabetes melitus
- b. Menegakkan diagnosis keperawatan keluarga penyandang diabetes melitus
- c. Tersusunnya rencana keperawatan keluarga penyandang diabetes melitus
- d. Memberikan implementasi senam kaki pada penyandang diabetes melitus dalam lingkup keluarga.
- e. Mengevaluasi keluarga beserta klien penyandang diabetes melitus dalam penerapan senam kaki.
- f. Membandingkan hasil implementasi dari dua kasus keluarga dengan anggota keluarga penyandang diabetes melitus.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah ilmu Keperawatan Keluarga yang mengangkat keluarga dengan anggota penyandang diabetes melitus. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan proses keperawatan yang dilakukan pada bulan Maret 2024. Responden penelitian ini diambil dari

warga di Wilayah Kerja Puskesmas Sanden dengan mengambil dua kasus keluarga dengan penyandang diabetes melitus.

E. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat memberikan ide dan referensi mengenai penerapan senam kaki pada penyandang diabetes melitus dalam lingkup keluarga, termasuk juga peran dan hal-hal yang perlu dilakukan keluarga.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan referensi untuk pembelajaran maupun pembuatan karya tulis ilmiah dan penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Penyandang Diabetes Melitus

Menambah pengetahuan dan mengubah gaya hidup sehat guna mendukung pengontrolan kondisi sakitnya.

b. Bagi Keluarga Penyandang Diabetes Melitus

Memberikan ilmu kepada penyandang dan keluarga agar mencapai keluarga yang sehat, khususnya mendukung kondisi baik dari penyandang diabetes melitus yang ada di lingkungan tersebut.

c. Bagi Puskesmas Sanden

Membantu penatalaksanaan dan memaksimalkan pelayanan kepada penyandang diabetes melitus secara langsung ke keluarga, serta menambah informasi mengenai senam kaki pada penyandang diabetes melitus dan keluarga.

d. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan, khususnya pada keluarga penyandang diabetes melitus, sehingga keluarga dapat mengimplementasikan praktik penatalaksanaan senam kaki diabetes.

e. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dalam penerapan senam kaki penyandang diabetes melitus dalam lingkup keluarga.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Judul, Nama Pengarang, Tahun Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan	
			Penelitian Sejenis	Penelitian Peneliti
Penerapan Senam Kaki Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Wilayah Kerja Puskesmas	Klien I senang diajarkan senam kaki. Pada pertemuan ketiga, klien sudah mampu melaksanakan senam kaki secara mandiri.	<ul style="list-style-type: none"> • Implementasi: penerapan senam kaki • Menggunakan dua kasus • Dilakukan 3 kali pertemuan 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengecekan GDS dilakukan post senam kaki • Pada penerapan senam kaki tidak melibatkan keluarga pasien 	<ul style="list-style-type: none"> • Cek GDS dilakukan pre dan post senam kaki • Melibatkan keluarga pasien

Judul, Nama Pengarang, Tahun Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan	
			Penelitian Sejenis	Penelitian Peneliti
Purwosari Kec. Metro Utara (Mustofa, E. E., Purwono, J., & Ludiana, L., 2021)	Klien II terlihat semangat melakukan senam kaki. Pada hari ketiga, pasien mampu senam kaki secara mandiri.			
Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Sempaja Samarinda (Ariyani, 2019)	Klien senang diajarkan senam kaki dan akan menerapkan secara mandiri di rumah.	Melibatkan keluarga	<ul style="list-style-type: none"> • Hanya menggunakan satu kasus • Tidak mengevaluasi tindakan senam kaki secara berkala untuk memastikan pasien benar-benar melakukan senam kaki. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan dua kasus yang akan dibandingkan • Mengevaluasi pelaksanaan senam kaki secara berkala