

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit diabetes melitus sering disebut sebagai pembunuh senyap karena kondisi ini memengaruhi seluruh organ tubuh dan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan (Azizah & Novrianti, 2022). Diabetes Melitus merupakan suatu kondisi jangka panjang yang muncul ketika pankreas gagal memproduksi jumlah insulin yang memadai atau ketika sel-sel tubuh tidak berhasil memanfaatkan insulin yang telah dihasilkan dengan baik. Insulin berfungsi sebagai hormon yang mengontrol kadar glukosa dalam aliran darah. Kadar glukosa yang tinggi dalam darah dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan, termasuk penyakit jantung, gangguan penglihatan, dan kerusakan ginjal (Ramadhani et al., 2022).

Prevalensi diabetes terus meningkat di seluruh dunia. International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan 536,6 juta orang hidup dengan diabetes pada 2021, dan jumlah ini diproyeksikan akan mencapai 783,2 juta pada 2045. Seperti perkiraan IDF sebelumnya, sekitar 50% dari seluruh individu penderita diabetes tidak menyadari kondisi mereka. Dari perspektif klinis, skrining dini selama tahap asimtomatik sangat penting untuk memungkinkan inisiasi pengobatan lebih awal guna mencegah atau menunda perkembangan komplikasi mikro dan makrovaskular. Hasilnya, hampir satu dari dua orang dewasa (20-79 tahun) dengan diabetes tidak menyadari status diabetes mereka (44,7%; 239,7 juta). Proporsi tertinggi kasus diabetes yang tidak terdiagnosis

ditemukan di wilayah Afrika (53,6%), Pasifik Barat (52,8%) dan Asia Tenggara (51,3%), termasuk Indonesia (International Diabetes Federation [IDF], 2021).

Meningkatnya angka kejadian DM tersebut mengakibatkan Indonesia menduduki posisi ke-5 dalam urutan 10 negara teratas dengan jumlah orang dewasa (20-79 tahun) yang menderita diabetes yaitu sebanyak 19,5 juta jiwa. Provinsi Jawa Timur masuk ke dalam lima Provinsi dengan prevalensi diabetes tertinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2022, prevalensi diabetes mellitus Provinsi Jawa Timur sebesar 2,6%. Meningkat dibandingkan data tahun 2018 yaitu sebesar 2,1%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Jember (2021), kasus DM tertinggi terjadi di Puskesmas Jember Kidul dengan jumlah penderita sebanyak 3479 orang dengan prevalensi 2,3%. Urutan ke-2 yaitu Puskesmas Sumbersari (2,1%) dan Puskesmas Ambulu (1,1%) (Politeknik Negeri Jember, 2022).

Hilangnya sensasi (penurunan kepekaan) adalah salah satu penyebab utama berisiko terjadinya ulkus, namun ada beberapa faktor risiko lain yang juga berkontribusi, seperti kondisi hiperglikemia yang tidak terkontrol, usia pasien yang melebihi 40 tahun, riwayat ulkus pada kaki atau amputasi, berkurangnya denyut nadi perifer, kebiasaan merokok, serta adanya deformitas anatomis atau bagian tubuh yang menonjol (seperti bunion dan kalus). Penderita diabetes dapat mengalami neuropati dengan tingkat keparahan mulai dari ringan hingga berat yang mengakibatkan kehilangan kemampuan merasakan dan kerusakan pada bagian ekstremitas bawah (Wiyanto & Maryatun, 2022).

Senam untuk kaki diabetes dapat dilakukan oleh individu yang terdiagnosis dengan diabetes melitus tipe I dan II. Sebaiknya, ini dicadangkan untuk mereka

yang baru saja mendapatkan diagnosis diabetes melitus sebagai langkah preventif awal. Aktivitas ini dapat berdampak positif bagi perbaikan sirkulasi darah serta meningkatkan sensitivitas pada kaki. Tingkat sensitivitas kaki seseorang dipengaruhi oleh kondisi pribadi, di mana ketika mereka terlibat dalam kegiatan fisik seperti senam kaki, akan terjadi peningkatan aliran darah ke area tersebut, sehingga memperkuat stimulasi pada saraf kaki dalam merespons rangsangan. Hal ini berpotensi meningkatkan sensitivitas kaki, terutama bagi penderita diabetes. Senam kaki diabetes, selain mudah dan hemat biaya, dapat dilakukan di rumah tanpa perlu mengunjungi puskesmas atau rumah sakit setiap hari, juga tidak memiliki efek samping (Wiyanto & Maryatun, 2022).

Solusi yang dapat dilakukan oleh penderita diabetes melitus untuk mengurangi kesemutan sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Waryantini & Lianti (2023) ini menegaskan bahwa senam kaki diabetes berpengaruh signifikan dalam menurunkan risiko terjadinya neuropati perifer. Dengan melakukan senam secara teratur, pasien mengalami perbaikan fungsi sensorik di kaki seperti berkurangnya kesemutan dan rasa kebas. Senam kaki juga dianggap sebagai terapi non-farmakologi yang murah dan mudah diterapkan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Implementasi Senam Kaki Bagi Penderita Diabetes Untuk Mengurangi Kesemutan Di Puskesmas Klatakan.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan implementasi senam kaki bagi penderita diabetes melitus untuk mengurangi kesemutan di puskesmas klatakan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan terkait dengan Implementasi Senam Kaki Bagi Penderita Diabetes Untuk Mengurangi Kesemutan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jember

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan yang berguna bagi perkembangan ilmu pendidikan, khususnya pendidikan keperawatan medikal bedah.

2) Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai acuan dalam meningkatkan profesionalisme perawat dalam memberikan pelayanan kepada pasien khususnya dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien dengan diabetes melitus untuk melakukan terapi non-farmakologis seperti senam kaki.

3) Bagi Layanan Keperawatan

Dapat memacu perawat untuk mengoptimalkan intervensi asuhan keperawatan pada pasien dan keluarga.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai dasar pengembangan penelitian sejenis agar dapat diperoleh dengan hasil yang lebih baik.

5) Bagi Responden.

Dapat meningkatkan pengetahuan pasien sehingga bisa beradaptasi dan melakukan penerapan senam kaki diabetes.

