

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit *Diabetes mellitus* sering disebut sebagai penyakit kencing manis adalah suatu kondisi kronis yang berlangsung seumur hidup. (Lestari et al., 2021) *Diabetes Mellitus* bukan penyakit menular. Namun menduduki sepuluh besar sebagai pemicu kematian tertinggi, jumlah kasusnya melonjak signifikan dari tahun ke tahun. (Priharsiwi & Kurniawati, 2021).

Secara umum, klasifikasi *Diabetes Mellitus* terbagi jadi empat jenis utama. Yang pertama adalah *Diabetes Mellitus* tipe 1, diikuti oleh tipe 2, kemudian *Diabetes Mellitus gestasional*, dan terakhir jenis-jenis spesifik lainnya. *Diabetes Mellitus* tipe 2 timbul akibat faktor genetik yang memengaruhi sekresi dan penyerapan insulin. Faktor lingkungan seperti obesitas, pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan proses penuaan juga turut berkontribusi terhadap timbulnya kondisi ini. (Lestari et al., 2021)

Resiko komplikasi *Diabetes Mellitus* tipe 2 dipengaruhi oleh dua faktor utama. Faktor risiko yang tidak dapat diubah yaitu jenis kelamin, usia, dan riwayat keluarga. (Lestari et al., 2021). Sementara itu, faktor risiko yang dapat diubah meliputi merokok, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, stres, serta konsumsi kopi dan kafein yang berlebihan. Gaya hidup tidak sehat juga terbukti menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit ini. Contohnya konsumsi gula berlebihan, serta makanan dengan kepadatan energi yang

tinggi kandungan lemaknya , gulanya tinggi, tetapi rendah serat, pola makan tidak teratur, tidak sarapan, dan kebiasaan ngemil secara berlebihan.

Kesalahan dalam teknik pengolahan makanan, seperti penggunaan berlebih minyak, gula, dan santan kental, juga memperburuk kondisi tersebut. Terakhir minimnya aktivitas fisik akibat kemajuan teknologi serta fasilitas yang memudahkan aktifitas sehari-hari, membuat masyarakat semakin rentan mengalami gangguan metabolik seperti *Diabetes Mellitus*. (Suyani, 2022).

Neuropati diabetikum merupakan komplikasi manifestasi klinis yang sering dijumpai pada pasien *Diabetes Mellitus* tipe 2. Kondisi ini mencakup gangguan pada saraf perifer sensorimotor maupun saraf otonom. Neuropati diabetikum umumnya tidak menunjukkan gejala atau tanpa tanda-tanda klinis, namun sering disertai keluhan nyeri. Kondisi *Diabetes Mellitus* menunjukkan gejala yang serupa dengan nyeri neuropati diabetikum. Gejala nyeri neuropati ini dapat berupa rasa panas terbakar (baik terus-menerus maupun hilang-timbul), rasa tertusuk, kesemutan, mati rasa, serta munculnya sensasi tidak nyaman lainnya seperti panas, dingin, atau gatal. Di Indonesia pasien *Diabetes Mellitus* sebagian besar mengalami nyeri akibat neuropati diabetik, jika tidak ditangani dengan tepat maka akan berpotensi berkembang menjadi ulkus diabetikum. Senam kaki merupakan salah satu intervensi non-farmakologis untuk mengatasi nyeri neuropati. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa senam kaki terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri diabetik dan meningkatkan sirkulasi darah pada ekstremitas bawah. (Pradana & Pranata, 2023)

Berdasarkan data tahun 2020, jumlah penderita *Diabetes Mellitus* di Provinsi Jawa Timur tercatat sebanyak 875.745 orang, Sementara itu penderita penyakit *Diabetes Melitus* pada tahun 2023 di Kabupaten Jember sebanyak 35.395 jiwa. (Khanifah et al., 2023).

Nyeri neuropati diabetikum dapat diatasi dengan menggunakan tehnik terapi, Adapun beberapa terapi yang dapat digunakan yaitu terapi latihan fisik exercise (Chen & Song, 2024), terapi akupresur (Fifo, 2023), terapi kombinasi buerger allen exercise dan music relaksasi (Sakinah et al., 2020), terapi massage aromaterapi lavender (Meutia et al., 2023), dan terapi senam kaki (Khaerunisa et al., 2021)

Senam kaki *diabetik* merupakan bentuk aktivitas fisik berintensitas sedang yang dapat dilakukan oleh pasien *Diabetes Mellitus* bertujuan mencegah luka pada kaki dan membantu melancarkan sirkulasi darah di ekstremitas bawah. Latihan ini berfungsi untuk pemulihan saraf perifer, dengan cara penghambatan enzim Aldosa Reduktase (AR) yang dapat menurunkan kadar Nicotinamide Adenine Dinucleotide Fosfat Hidroksida (NADPH). Yang dapat meningkatkan sintesis nitrat oksida (NO). peningkatan NO berkontribusi dalam mengurangi hipoksia pada saraf. Dengan demikian senam kaki dapat dimanfaatkan sebagai latihan jasmani dalam pengelolaan management pasien *Diabetes Melitus*, terutama dalam mengurangi nyeri, meningkatkan rasa nyaman, menjaga gula darah agar tetap normal, dan melancarkan aliran darah dan mencegah gangguan saraf pada area kaki. (Pradana & Pranata, 2023).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti angka kejadian *Diabetes mellitus* memiliki prevelansi sekitar 568 pasien di Puskesmas Jenggawah. Berdasarkan uraian fakta yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan kajian lebih lanjut dalam bentuk karya tulis ilmiah mengenai implementasi senam kaki dalam upaya menurunkan nyeri akut pada pasien *Diabetes Mellitus* tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana upaya menurunkan nyeri akut pada pasien *Diabetes Mellitus* tipe 2 dengan menggunakan implementasi senam kaki di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari karya tulis ilmiah ini ialah melakukan implementasi senam kaki pada pasien dengan *Diabetes Mellitus* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Puskesmas Jenggawah

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam karya tulis ini adalah peneliti dapat:

- 1) Mampu melakukan implementasi keperawatan dengan senam kaki pada pasien *Diabetes Mellitus* di Puskesmas Jenggawah
- 2) Mampu melakukan evaluasi keperawatan dengan senam kaki pada pasien *Diabetes Mellitus* di Puskesmas Jenggawah
- 3) Mampu melakukan dokumentasi evaluasi keperawatan dengan senam kaki pada pasien *Diabetes Mellitus* di Puskesmas Jenggawah

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai bahan bacaan atau referensi untuk meningkatkan atau menambah informasi terkini tentang: Implementasi senam kaki dalam upaya menurunkan nyeri akut pada pasien *Diabetes Mellitus* tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Puskesmas

Pada salah satu tahap dalam proses pengembangan kebijakan, hal tersebut menunjukkan adanya peluang untuk meningkatkan mutu pelayanan keperawatan pada pasien *Diabetes Mellitus* yang mengalami nyeri akut

2) Bagi Perawat

Tenaga kesehatan untuk sumber informasi data, pertimbangan, dan masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya di puskesmas jenggawah.

3) Bagi Pasien

Pasien bisa dipakai untuk informasi dan pengetahuan dalam penerapan senam kaki pada pasien *Diabetes Mellitus* dengan masalah nyeri akut

4) Bagi Keluarga

Untuk sumber bagi keluarga yang mencari informasi tentang nyeri akut dan terapi untuk mengurangi rasa sakit pada penderita *Diabetes Mellitus* memakai tehnik senam kaki.