

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) disebut juga dengan “*Silent Killer*” karna diabetes melitus adalah penyakit yang dapat membunuh seseorang secara perlahan akibat beberapa penyakit yang timbul. Diabetes bisa disebut pula dengan “*Mother Of Disease*” karena merupakan induk dari penyakit yang dapat mengganggu metabolik dengan naiknya glukosa darah yang di akibatkan dapat menurunnya sekresi insulin dalam tubuh (Rusdi, 2020). Diabetes melitus (DM) adalah keadaan hiperglikimia kronik yang disertai berbagai kelainan metabolik akibat gangguan hormonal yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik pada mata, ginjal, saraf, pembuluh darah, jantung, stroke, hipertensi, gagal ginjal dan kebutaan yang diakibatkan oleh tingginya kadar glukosa dan beberapa masalah kesehatan lainnya (Richardo et al., 2021).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) jumlah penderita diabetes di dunia pada tahun 2021 mencapai 537 juta penduduk di seluruh dunia. jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat mencapai 643 juta di tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Indonesia merupakan urutan kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dari umur 20 hingga 79 tahun mencapai 19,5 juta penderita di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 juga menunjukkan prevalensi Diabetes mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013, dari 6,9% menjadi 8,5%. Prevalensi yang terus meningkat semakin dicerminkan dengan posisi jumlah penderita diabetes tipe 1 di RI yang mencapai 41.817 orang pada 2022. Jumlah ini membuat Indonesia berada di posisi teratas dibandingkan negara-negara anggota ASEAN. Menurut data Dinas Kesehatan Sumatera Barat, kasus diabetes melitus sebanyak 1,3% yang meningkat tahun

2021 mendekati angka prevalensi nasional yaitu 1,5% dimana Sumatera Barat berada di urutan ke 21 dari 34 provinsi di Indonesia. Kasus tertinggi berada di wilayah kota Padang berjumlah 12.231 kasus (Dinas Kesehatan Sumatera Barat, 2021).

Diabetes mellitus memiliki gejala antara lain rasa haus yang berlebihan (polidipsi), sering kencing (poliuri) terutama malam hari, sering merasa lapar (poliphagi), berat badan yang turun dengan cepat, keluhan lemah, kesemutan pada tangan dan kaki, gatal-gatal, penglihatan jadi kabur, impotensi, luka sulit sembuh, keputihan, penyakit kulit akibat jamur di bawah lipatan kulit, berat badan turun (Riskesdas, 2018).

Salah satu upaya untuk mengurangi timbulnya tanda dan gejala serta mencegah terjadinya diabetes mellitus adalah dengan melakukan pemeriksaan gula darah secara rutin. Pencegahan dan pengobatan diabetes melitus dapat dilakukan dengan 5 pilar utama yang terdiri dari latihan fisik (senam kaki), nutrisi, pengobatan, edukasi dan pemeriksaan lanjutan. Latihan fisik atau olahraga dapat meningkatkan kinerja otot, yang kemudian berujung pada produksi dan konsumsi energi oleh tubuh dengan cara meningkatkan penyerapan oksigen hingga 20 kali lipat, sehingga mengurangi jumlah glukosa di dalam tubuh akibat pergerakan otot. Ini adalah salah satu langkah yang efektif dan ekonomis untuk mengatasi masalah orang yang menderita penyakit diabetes. Olahraga teratur menyebabkan kontraksi otot, yang menurunkan kadar glukosa dalam tubuh dan meningkatkan kadar insulin. (Yulianti & Ryan, 2021)

Sala satu pemberian aktivitas fisik pada penderita Diabetes adalah dengan melakukan senam kaki diabetik yang sangat bermanfaat untuk memperlancar peredaran darah dan mencega terjadinya luka kaki diabetik (Fauzia et al., 2022). Dengan pemberian senam kaki diabetik untuk menghindari kerusakan pada serat saraf sensorik kaki berdampak pada

penurunan sensitivitas saraf kaki yang memiliki fungsi sebagai sensasi protektif. Dalam kehilangan sensasi protektif dapat menyebabkan pasien DM lebih muda mengalami ulkus pada kaki diabetik (Sanjaya et al., 2019).

Senam kaki adalah gerakan yang bertujuan untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki. Senam kaki dapat membantu melancarkan peredaran darah, menguatkan otot-otot kecil di kaki, dan mencegah kelainan bentuk kaki selain itu juga, senam kaki dapat meningkatkan kekuatan otot betis dan paha serta mengatasi keterbatasan pergerakan sendi. Senam kaki diabetes ini dilakukan sehari 1 kali (pagi hari) dilakukan sebanyak 3 kali dalam seminggu dengan gerakan masing-masing 10 kali selama 30 menit. Latihan ini dapat memperbaiki insulin, menurunkan kadar glukosa darah, memperlancar peredaran darah yang terganggu, memperkuat otot-otot pada kaki dan memperbaiki sirkulasi darah sehingga nutrisi ke jaringan lebih lancar, dilakukan secara teratur olah raga ini juga akan mencegah seseorang terkena diabetes mellits (Manurung, 2019). Senam kaki bisa membantu memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot-otot kecil kaki, mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki pada penderita Diabetes Melitus Tipe II. Dengan diperbaikinya aliran darah pada kaki akan membantu menstimulasi saraf-saraf kaki dalam menerima rangsangan, hal ini akan meningkatkan sensitifitas kaki dalam menerima rangsangan (Handika, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ema Purwaningsih (2023) tentang Penerapan Senam Kaki Diabetes Untuk Meningkatkan Sensitivitas Kaki Pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan metode Study kasus yang dilakukan 1x sehari selama 3 hari dengan durasi 20-30 menit, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sensitivitas kaki pada pasien diabetes mellitus tipe II. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Ferri Hambidi

Wiyanto (2023) tentang Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Penderita Diabetes Melitus dengan metode kasus Deskriptif yang dilakukan selama 7 hari dengan 3x pertemuan dengan durasi 20-30 menit, menunjukkan adanya peningkatan sensitivitas kaki pada penderita Diabetes melitus Di Wilayah Puskesmas Pucangsawit

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas kurANJI pada tanggal 22 Juli 2024 di RW 06 RT 03 kelurahan kalumbuk, kecamatan kurANJI didapatkan 10 orang yang menderita Diabetes Melitus yang menyatakan mereka tidak mengetahui cara pencegahan komplikasi diabetes dengan cara senam kaki diabetes. Berdasarkan wawancara dengan warga yang menderita Diabetes Melitus mereka menyatakan sudah terkena penyakit diabetes selama 2 sampai 12 tahun dan belum pernah mencoba untuk melakukan senam kaki diabetes dan setelah dilakukan wawancara ditemukan satu penderita Diabetes Melitus yang sudah menderita Diabetes sejak tahun 2012 dan selama satu tahun terakhir ini ia sering merasa kakinya terasa kesemutan, telapak kaki terasa panas, telapak kakinya terasa perih saat berjalan tidak menggunakan sandal, telapak kaki seperti mati rasa, telapak kaki sering terasa dingin, kaki terkadang terasa kebas dan terasa kaku. setelah dilakukan pengujian tingkat sensitivitas kaki didapatkan nilai sensitivitas 5 titik pada kaki kanan (Telah terjadi neuropati) dan 2 titik pada kaki kiri (normal) dan ia mengatakan selalu berobat rutin ke puskesmas kurANJI setiap bulannya.

Berdasarkan uraian masalah diatas dan mengingat pentingnya melakukan senam diabetes terhadap tingkat sensitivitas kaki maka penulis tertarik melakukan pengolahan kasus asuhan keperawatan yang dituangkan dalam bentuk karya ilmiah akhir ners dengan judul “asuhan keperawatan pada penderita diabetes melitus dengan pemberian senam kaki diabetes Terhadap tingkat sensitivitas kaki pada diabetes melitus Di wilayah kerja puskesmas

kuranji tahun 2024” Diharapkan dengan pemberian senam kaki diabetik dapat meningkatkan sensitivitas kaki.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “bagaimanakah asuhan keperawatan pada penderita diabetes melitus dengan pemberian senam kaki diabetes Terhadap tingkat sensitivitas kaki pada diabetes melitus Di wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui bagaimana asuhan keperawatan pada penderita diabetes melitus dengan pemberian senam kaki diabetes Terhadap tingkat sensitivitas kaki pada diabetes melitus Di wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Ny. N dengan Diabetes Melitus
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny. N dengan Diabetes Melitus
- c. Mampu membuat intervensi keperawatan pada Ny. N dengan Diabetes Melitus
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada Ny.N dengan Diabetes Melitus.
- e. Mampu mengevaluasi asuhan keperawatan pada Ny. N dengan Diabetes Melitus.
- f. Mampu menerapkan EBN senam kaki diabetes

## **D. Manfaat**

### **1. Bagi Pengembangan Ilmu**

Dapat Menambah ilmu serta pengalaman dan pengetahuan baru bagi penulis dan pasien DM tentang pengaruh senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki pada pasien DM.

### **2. Bagi Kebijakan Atau Insitusi**

Dapat menjadi bahan referensi terbaru dan dapat menjadi bahan bacaan di perpustakaan STIKES ALIFAH Padang. Terutama di bagian keperawatan.

### **3. Bagi Pihak Lain**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi masukan bagi masyarakat dan keluarga tentang keterkaitan antara senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki pada penderita diabetes melitus sehingga penderita diabetes melitus dapat melakukan upaya-upaya untuk mengendalikan kadar gula darahnya dengan cara melakukan aktifitas fisik seperti senam kaki diabetik secara rutin.

