

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian utama di dunia sehingga menjadi ancaman serius bagi kesehatan. Salah satu penyakit tidak menular adalah diabetes mellitus. Diabetes mellitus merupakan kondisi tingginya kadar gula dalam darah melebihi batas normal yang disebabkan oleh faktor lingkungan dan keturunan sehingga mengganggu metabolisme karbohidrat, protein dan lemak serta kerja insulin (Phitri & Widyaningsih, 2013). Klasifikasi diabetes mellitus salah satunya adalah DM tipe 2 yang disebabkan oleh resistensi insulin. Kasus DM tipe 2 tergolong kasus yang terbanyak dimana 90-95% dari kasus diabetes merupakan DM tipe 2. Diabetes mellitus tipe 2 berlangsung lambat dan prosesnya tidak terdeteksi karena tanda gejala bersifat ringan seperti kelelahan, poliuri, polidipsi dan luka lama sembuh (*Smeltzer* dalam Sunaryo & Sudiro, 2014).

Prevalensi diabetes mellitus di dunia dan Indonesia terjadi peningkatan. Menurut IDF pada tahun 2019 prevalensi diabetes mellitus mencapai 9,3% di seluruh dunia, dengan jumlah penderita diabetes mellitus sekitar 463 juta jiwa. Berdasarkan diagnosis dokter, prevalensi penderita diabetes mellitus di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 1,5%. Peningkatan tersebut terjadi dimulai pada usia

menengah yaitu 45 tahun. Adapun untuk kejadian diabetes di Jawa Barat tepatnya di Bandung sebesar 1,13% pada tahun 2018 (Risksda, 2018).

Komplikasi diabetes mellitus salah satunya adalah ulserasi pada tungkai bawah dengan atau tanpa infeksi yang menyebabkan kerusakan jaringan di bawahnya sehingga dapat menimbulkan ulkus diabetikum. Kejadian ulkus diabetikum berhubungan dengan tingginya kadar gula dalam darah yang mempengaruhi viskositas darah sehingga darah kental, akibatnya aliran darah pada kaki terganggu. Hal ini menyebabkan penurunan perfusi jaringan sehingga jaringan kekurangan asupan nutrisi dan oksigen. Apabila kondisi ini berlangsung lama maka akan menyebabkan ulkus diabetikum (Wahyuni & Arsifa, 2016).

Prevalensi ulkus diabetikum di Indonesia mencapai 24 % setelah neuropati dan mikrovaskular. Peningkatan kejadian ulkus diabetikum disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya lama diabetes ≥ 8 tahun, aktivitas minim, penggunaan alas kaki yang kurang tepat, riwayat ulkus diabetikum dan perawatan kaki tidak teratur (Purwanti & Maghfirah, 2016). Selain itu ulkus diabetikum disebabkan oleh neuropati diabetikum. Pada penderita diabetes yang sudah mengalami kerusakan pada reseptor saraf maka tidak bisa lagi membedakan panas dingin, tajam tumpul dan sebagainya sehingga dapat menimbulkan adanya ulserasi (Hoda, Mahoklory & Lusi, 2019).

Ulkus diabetikum apabila tidak ditangani dengan baik maka dapat mengakibatkan amputasi. Di Indonesia kejadian amputasi sebanyak 85% terjadi pada kaki pasien DM yang didahului Ulkus (Decroli, 2019). Oleh karena itu dibutuhkan pentingnya strategi preventif untuk mencegah risiko ulkus diabetikum

(Yusuf dkk, 2016). Tindakan preventif yang dapat dilakukan untuk mencegah ulkus diabetikum dengan menghindari faktor risiko diantaranya teratur melakukan perawatan kaki, mematuhi diet DM, penggunaan alas kaki yang tepat dan melakukan aktivitas fisik dan senam kaki (Supriyadi, 2017).

Perawatan kaki dilakukan untuk mencegah ulkus dari luar tubuh diantaranya penggunaan alas kaki yang sesuai (Soelistijo dkk, 2015 : 18). Diet diabetes dilaksanakan agar dapat mengontrol kadar gula dalam darah melalui asupan nutrisi, sedangkan senam kaki merupakan pencegahan dari dalam dengan melancarkan peredaran darah sehingga meningkatkan sensitivitas kaki dan nilai ABI (Mario & Katuk (2017). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nuraeni & Arjita (2018) menunjukkan bahwa semua pasien sebelum diberikan senam kaki memiliki rentang kadar gula darah terendah 180 mg/dl dan rentang kadar gula darah tertinggi >482 mg/dl, dimana hal ini diartikan bahwa diet yang dilakukan bersamaan dengan obat pengatur gula darah yang dikonsumsi oleh pasien belum menunjukkan perubahan yang cukup berarti pada kadar gula darah pasien. Sedangkan pada responden yang melaksanakan senam kaki mengalami penurunan kadar gula darah dengan kadar gula darah 80-144 mg/dl sebanyak 14 orang (53,8%) dan 145-179 mg/dl sebanyak 12 orang (46,2%).

Senam kaki merupakan aktivitas fisik yang dilakukan oleh penderita diabetes mellitus untuk mencegah terjadinya luka dengan melancarkan peredaran darah bagian kaki (Mario & Katuk, 2017). Untuk melaksanakan senam kaki dibutuhkan kemampuan atau keterampilan yang dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu tingkat keterampilan seseorang berkaitan dengan

tingkat pengetahuan yang dipengaruhi oleh diantaranya usia, pendidikan dan pengalaman. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan, semakin menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan dan mengingat sesuatu akan berkurang dan semakin banyak pengalaman maka akan menambah pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

Penderita diabetes mellitus tidak melakukan senam kaki dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, kurangnya sumber informasi yang didapatkan dan ketidakmampuan dalam melakukan senam kaki. Pada penelitian yang dilakukan oleh Saputra Anggi dkk (2020) menyatakan bahwa pengetahuan pasien diabetes mellitus mengenai senam kaki 21,7% berpengetahuan kurang, 58,7% cukup dan 9,6% baik. Selain itu 91,3% pasien diabetes mellitus tidak mampu melakukan senam kaki. Sama halnya pada penelitian Herlina Meriani (2019) dimana kategori berpengetahuan kurang lebih banyak 50% di bandingkan dengan kategori cukup dan baik. Pada penelitian Cristyann, Aheng & Nyamin (2019) menunjukkan kemampuan pasien DM tipe 2 termasuk ke dalam kategori tidak baik dalam melakukan senam kaki sebanyak 30 responden (100%).

Untuk itu perlu peran perawat dalam memberikan informasi dan latihan agar penderita diabetes mellitus dapat melaksanakan senam kaki secara rutin. Senam kaki merupakan pengobatan alternatif yang dapat dilaksanakan dirumah tanpa mengeluarkan biaya tetapi ulkus diabetikum dapat dicegah. Hal itu sejalan dengan pernyataan Sembring, Simbolon & Lase (2018) bahwa senam kaki merupakan aktifitas fisik yang mudah dilakukan dimanapun dan kapan pun tanpa membutuhkan biaya dan energi yang berlebih.

Senam kaki dilakukan untuk mencegah terjadinya ulkus diabetikum namun kesadaran pasien diabetes mellitus dalam melakukan senam kaki masih rendah, belum memahami secara teoritis dan kurang mampu melakukan senam kaki. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui “Gambaran Kemampuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dalam Melakukan Senam Kaki Untuk Mencegah Terjadinya Ulkus Diabetikum”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran kemampuan pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam melakukan senam kaki untuk mencegah terjadinya ulkus diabetikum melalui metode *literature review*.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kemampuan pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam melakukan senam kaki untuk mencegah terjadinya ulkus diabetikum melalui metode *literature review*.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pasien diabetes mellitus tipe 2 yaitu umur, pendidikan, dan riwayat lama DM
- b. Mengidentifikasi gambaran pengetahuan pasien diabetes mellitus tipe 2 tentang senam kaki

- c. Mengidentifikasi kemampuan pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam melaksanakan senam kaki

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Rumah Sakit

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran informasi kepada institusi pelayanan kesehatan untuk lebih meningkatkan kembali pengetahuan pasien diabetes mellitus tipe 2 mengenai senam kaki dengan memperhatikan pelaksanaan pendidikan kesehatan.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah referensi terkait gambaran kemampuan pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam melakukan senam kaki.

1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat sebagai dasar bagi Perawat dalam memberikan informasi kepada pasien diabetes mellitus tipe 2 untuk tetap melaksanakan senam kaki.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan sebagai data dasar dalam melakukan penelitian selanjutnya mengenai pelaksanaan senam kaki pada pasien diabetes mellitus tipe 2.