

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan teknologi yang tanpa disadari dan gaya hidup kekinian telah memberi dampak pada peralihan status kesehatan masyarakat. Tren ini seringkali berhubungan dengan faktor gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik (Pratiwi dkk, 2021). Hal tersebut menggambarkan pergeseran masalah ke arah penyakit tidak menular. Selain itu, kemudahan akses terhadap makanan cepat saji dan produk olahan yang tinggi lemak, gula, dan garam semakin memperburuk pola makan masyarakat. Faktor dari tren yang terjadi akan semakin meluas perkembangannya, terutama di daerah perkotaan dengan kepadatan penduduk tinggi. Hal ini diperkuat dengan keberagaman latar belakang masyarakat, pendidikan, dan gaya hidup yang kompleks. Kombinasi faktor-faktor tersebut memicu peningkatan prevalensi penyakit tidak menular seperti diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit jantung, yang kini menjadi tantangan serius bagi sistem kesehatan masyarakat. Fenomena ini menunjukkan perlunya kesadaran dan upaya kolektif dalam mengubah pola hidup menuju gaya hidup yang lebih sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Masalah diatas tidak hanya disebabkan oleh pola makan tidak sehat, tetapi juga gaya hidup yang buruk. Hal ini membuat semua kalangan, dari anak-anak hingga lansia, rentan terkena penyakit salah satunya adalah diabetes. Diabetes terjadi ketika tubuh tidak mampu menghasilkan cukup insulin atau menggunakan insulin dengan efektif, sehingga kadar gula darah meningkat (PERKENI, 2021). Diabetes adalah salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang semakin banyak ditemui di dunia. Penderita diabetes sering mengalami gejala *neuropati diabetic*, seperti nyeri, kesemutan, dan kram di kaki, yang mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu, penanganan menyeluruh diperlukan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi 2021 diabetes di dunia dan Kawasan Asia Tenggara pada tahun 2021 masing-masing mencapai 10,6% dan 8,8%. Sementara di Indonesia prevalensinya lebih tinggi yaitu 10,9% menurut Riskesdas 2018. Data SKI 2023 menunjukkan peningkatan prevalensi diabetes di Indonesia berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah menjadi 11,7% , dengan kesenjangan signifikan antara diagnosis dokter (1,7%) dan hasil pengukuran (11,7%), mengindikasikan banyak kasus yang belum terdiagnosis. Secara khusus, DKI Jakarta mencatat prevalensi tertinggi berdasarkan diagnosis dokter (3,1%), diikuti oleh DI Yogyakarta (2,9%) dan Kalimantan Timur (2,3%) (SKI 2023; IDF Diabetes Atlas, 2021; Riskesdas 2018).

Peningkatan diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi serius seperti kerusakan pembuluh darah, ginjal, saraf, dan mata. Salah satu komplikasi umum adalah neuropati perifer, yaitu kerusakan saraf akibat kadar gula darah tinggi dalam jangka panjang, dialami oleh 20-30% penderita diabetes (Juster-Switlyk & Smith, 2016). Gejalanya meliputi nyeri, kesemutan, atau kebas di kaki, yang mengganggu mobilitas dan kualitas hidup (Devi dkk, 2024). Dari penderita diabetes melitus dengan komplikasi mikrovaskular, sebanyak 63,5% mengalami neuropati, lebih tinggi dibanding nefropati (7,3%) dan retinopati (42%). Prevalensi neuropati di Indonesia meningkat dari 50% pada 2019 menjadi 58% pada 2020 (Balgis dkk, 2022).

Pencegahan diabetes melitus memerlukan peran aktif dalam berbagai pihak pemerintahan. Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah adalah program berupa pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) yang dijalankan oleh BPJS kesehatan. Program ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya mengelola diabetes yang dapat mencegah komplikasi. Selain itu ada juga Pos Binaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu-PTM) yang berfokus pada deteksi dini dan edukasi tentang diabetes. Kementerian Kesehatan RI juga telah meluncurkan berbagai program edukasi dan kampanye

hidup sehat untuk menurunkan angka diabetes di masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Keluarga juga dapat berperan penting dalam mendukung keberhasilan perawatan diabetes di rumah, seperti mengatur pola makan, aktivitas fisik, pengobatan, memantau gula darah, dan mengenali gejala komplikasi (Sari et al., 2014). Di Indonesia dan negara Asia Pasifik lainnya, keluarga juga berperan dalam pembelajaran dan tradisi, sehingga edukasi tentang penyakit, pencegahan, dan penanganan diabetes sangat diperlukan bagi pasien dan keluarganya (Krisnatuti, 2014; Soelistijo, 2021). Sebagai unit terkecil masyarakat, keluarga juga berperan dalam meningkatkan kesehatan dan mengurangi risiko penyakit, termasuk merawat anggota yang sakit (Dion, 2013).

Perawat memiliki peran penting dalam mengubah perilaku keluarga penderita diabetes untuk mencegah penyakit dan mengurangi risiko terjadinya diabetes. Selain itu, perawat juga dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada keluarga agar mereka dapat melakukan asuhan keperawatan secara mandiri. Sebagai koordinator, perawat bertanggung jawab untuk mengatur program kegiatan yang berkaitan dengan perawatan diabetes, serta menangani masalah yang dihadapi oleh keluarga penderita diabetes (Mushlisin, 2012).

Perawat dapat merawat anggota keluarga dengan menggunakan teknik nonfarmakologis, seperti latihan fisik yang efektif dan berkualitas, contohnya senam kaki. Senam kaki merupakan salah satu tindakan edukasi perawat sebagai edukator yang menjelaskan serangkaian gerakan yang dirancang khusus untuk membantu penderita diabetes mellitus. Senam kaki juga dapat meningkatkan sirkulasi darah, memperkuat otot kaki, dan mengurangi gejala neuropati (Nopriani Yora, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa senam kaki secara signifikan dapat meningkatkan sensitivitas saraf perifer pada penderita diabetes mellitus. Dalam

penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2021), ditemukan bahwa rata-rata skor sensitivitas pada kelompok intervensi yang melakukan senam kaki meningkat secara signifikan setelah intervensi, dengan p value = 0,000, menunjukkan efektivitas senam kaki dalam memperbaiki kondisi neuropati pada pasien diabetes. Selain itu, penelitian oleh Rohmad dkk. (2012) juga mendukung temuan ini, di mana mereka melaporkan bahwa senam kaki dapat meningkatkan nilai sensori neuropati pada penderita diabetes, yang berkontribusi pada pemulihan fungsi saraf dan mengurangi gejala neuropati. Hal ini menunjukkan bahwa senam kaki merupakan intervensi yang bermanfaat bagi penderita diabetes dalam meningkatkan sensitivitas saraf perifer.

Penelitian yang dilakukan oleh Bayu Brahmantia dkk. (2020) di Puskesmas Parungponteng Kecamatan Cibalong Kabupaten Tasikmalaya menunjukkan bahwa senam kaki yang dilakukan dua kali selama satu minggu dapat meningkatkan rata-rata sensitivitas kaki penderita DM dari 1,67 sebelum intervensi menjadi 2,36 setelah intervensi, dengan hasil uji statistik menunjukkan pengaruh yang signifikan (p value 0,001). Temuan ini memperkuat pentingnya senam kaki sebagai intervensi sederhana namun efektif dalam mencegah komplikasi kaki pada pasien diabetes.

Berdasarkan dari latar belakang telah dibuat maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang senam kaki yang akan dilakukan pada keluarga penderita diabetes melitus di wilayah kelurahan Kramat Jati. Dalam melakukan tindakan keperawatan ini penulis menerapkan nilai UKI yaitu peduli, disiplin, bertanggung jawab terhadap pasien tepat waktu.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan senam kaki dapat meningkatkan sensitivitas saraf perifer pada klien diabetes melitus dalam konteks keluarga di wilayah Kramat Jati, Jakarta Timur?

1.3. Tujuan studi kasus

1.3.1. Tujuan Umum

Penulis mampu melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan diabetes melitus (DM) dalam konteks keluarga.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Melakukan pengkajian keperawatan pada keluarga dengan penyakit diabetes melitus.
- 1.3.2.2 Mampu menentukan diagnosa keperawatan pada anggota keluarga dengan penyakit diabetes melitus.
- 1.3.2.3 Mampu menyusun perencanaan keperawatan pada keluarga dengan penyakit diabetes melitus.
- 1.3.2.4 Mampu melaksanakan tindakan keperawatan pada keluarga dengan penyakit diabetes melitus dengan menerapkan senam kaki
- 1.3.2.5 Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada keluarga dengan penyakit diabetes melitus.
- 1.3.2.6 Melakukan pendokumentasian keperawatan pada keluarga dengan penyakit diabetes melitus.

1.4. Manfaat Studi Kasus

1.4.1. Keluarga

Keluarga dapat belajar cara mengatasi masalah diabetes dengan mencegah komplikasi melalui penerapan senam kaki dan pola makan sehat, sehingga dapat meningkatkan kesehatan anggota keluarga yang menderita diabetes.

1.4.2. Penulis

Penulis berharap melalui studi kasus tentang pelaksanaan senam kaki pada pasien diabetes melitus dengan dukungan keluarga, dapat memperluas wawasan dan memperoleh pengalaman yang bermakna

dalam bidang keperawatan, khususnya terkait penerapan intervensi keperawatan berbasis keluarga.

1.4.3. Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil dari studi kasus ini bisa dijadikan bahan edukasi bagi tenaga kesehatan, seperti dokter, perawat, dan tenaga medis lainnya. Dengan demikian, mereka dapat lebih memahami pentingnya intervensi non-obat seperti senam kaki untuk mencegah komplikasi pada pasien diabetes.

1.4.4. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran serta acuan yang bermanfaat untuk penelitian selanjutnya terkait penerapan asuhan keperawatan keluarga yang fokus pada penanganan diabetes melitus.

