BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolisme tubuh bersifat kronis dan banyak penyebabnya, ditandai dengan peningkatan kadar glukosa dalam darah yang di iringi dengan gangguan metabolisme lipid dan protein yang diakibatkan oleh ketidakmampuan insulin melaksanakan fungsinya dengan baik (Melmed *et al*., 2020). Penyebab diabetes mellitus yaitu gangguan proses metabolisme yang terjadi pada pankreas, ditandai dengan terjadinya peningkatan glukosa dalam darah yang biasanya disebut hiperglikemia dikarenakan kurangnya jumlah insulin pada pankreas, dan diabetes mellitus dapat memunculkan berbagai komplikasi penyakit baik mikrovaskuler ataupun makrovaskuler (Saputri, 2021).

Penyakit diabetes mellitus termasuk dalam penyakit tidak menular (PTM) yang kini masih manjadi masalah kesehatan secara global dengan prevalensi yang meningkat dari tahun-tahun sebelumnya. Tercatat pada laporan *International Diabetes Federation* (IDF) di tahun 2021 bahwa lebih dari 537 juta orang usia dewasa (usia 20 sampai 79 tahun) di dunia hidup dengan diabetes mellitus dengan prevalensi global sebanyak 10,5%. Karenanya di prediksi akan terus meningkat menjadi 643 juta jiwa di tahun 2030 dan di tahun 2045 menjadi 783 juta jiwa jika

tidak ada intervensi secara efektif diterapakan (Magliano & Boyko, 2021). Pada tingkat nasional yaitu indonesia menempati urutan kelima secara global dengan jumlah penderita DM dari estimasi kasus sebanyak 19,9 juta di tahun 2021 dan data terus meningkat dari tahun-tahun sebelumnya secara signifikan (Kemenkes, 2023).

Pada wilayah regional, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi kasus diabetes mellitus di Provinsi Sulawesi Selatan mencapai hingga 2,2% hingga menempatkan posisi provinsi ini di urutan ketujuh dari 33 provinsi yang ada di Indonesia, berada dibawah DKI Jakarta, DI Yogyakarta, dan Provinsi Kalimantan Timur (Kementerian Kesehatan, 2023). Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di Kota Makassar, tepatnya di Kecematan Makassar pada Pegawai Puskesmas Maccini Sawah ditemukan sebanyak 33 kasus Diabetes Mellitus di bulan Juli 2025 dan Diabetes Mellitus termasuk dalam 10 penyakit terbanyak dengan menempati urutan ke-9 di Puskesmas Maccini Sawah dengan wilayah kerja Kelurahan Maccini, Maccini Parang, dan Maccini Gusung. Temuan ini dapat menunjukkan adanya potensi risiko kesehatan yang sangat signifikan, terutama dalam hal gaya hidup masyarakat dan kurangnya deteksi penyakit kronis sejak dini yang dilakukan.

Pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang penyakit diabetes mellitus masih dalam kategori rendah, mulai dari gaya hidup tidak sehat, misalnya mengomsumsi makanan yang banyak gula dan kalori, rendah

serat, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama risiko terjadinya diabetes mellitus. Sebagai salah satu penyakit kronis, diabetes mellitus tidak hanya berdampak pada individu sebagai penderita, tetapi juga akan mempengaruhi kesehatan seluruh anggota keluarga yang tinggal serumah. Tanpa adanya dukungan dari keluarga yang memadai, pengelolaan diabetes mellitus cenderung tidak maksimal, dan minimnya pengetahuan anggota keluarga tentang perawatan diabetes mellitus dapat memunculkan risiko komplikasi serius seperti nefropati, retinopati, serta penyakit kardiovaskuler. Oleh karenanya, diperlukan peningkatan sikap dan pengetahuan anggota keluarga terhadap perawatan diabetes mellitus menjadi penting sebagai upaya pencegahan, deteksi dini komplikasi, serta penatalaksanaan penyakit tersebut (Busebaia *et al*., 2023).

Salah satu komplikasi yang kronis biasanya sering terjadi pada penderitas diabetes mellitus adalah neuropati diabetik yang mempengaruhi semua jenis saraf seperti saraf motorik, saraf sensorik, saraf otonom, dan sering terjadi pada tubuh perifer yang biasanya dinamakan neuropati perifer diabetik (Basri *et al.*, 2021). Hal ini dapat menimbulkan rasa sakit, kesemutan, mati rasa, kram, kekakuan otot, dan hipersensivitas terhadap gangguan kontrol kandung kemih dan kelemahan hingga struktur otot. Neuropati perifer merupakan masalah yang kompleks yang dapat jadi alasan mencari pengobatan bagi orang dengan diabetes mellitus, jika tidak ditangani secara cepat, dapat

menyebabkan kaki diabetik dan kelumpuhan sehingga pasien harus mendapatkan perawatan di rumah sakit (Ratnawati & Insiyah, 2017).

Dalam menanggulangi permasalahan pada anggota keluarga penderita diabetes meliitus, dibutuhkan asuhan keperawatan yang menyeluruh dengan menggunakan proses keperawatan. Peran perawat sangan penting dalam pemberian asuhan keperawatan yang mencakup aspek promotif, aspek kuratif, aspek preventif, dan aspek rehabilitatif. Pada aspek promotif, perawat perlu meningkatkan kesadaran anggota keluarga mengenai pentingnya pengaturan pola makan, gaya hidup yang sehat, dan aktivitas fisik. Pada aspek preventif, perawat menuntun anggota keluarga untuk memantau kadar glukasa dalam darah dan mengenali tanda-tanda yang akan memicu komplikasi. Di aspek kuratif, perawat perlu mendampingi proses pengobatan pasien baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis, dan memastikan kepatuhan penderita. Sedangkan di aspek rehabilitatif, perawat memberikan motivasi kepada pasien dan keluarga dalam menjalani kontrol dan mempertahankan kualitas hidup yang optimal secara rutin (Pamungkas *et al*., 2023). Ketidakstabilan kadar gula darah kronik dapat mengakibatkan kerusakan pada berbagai jaringan tubuh, organ, dan menurunkan kualitas hidup seseorang secara signifikan. Oleh karenanya, memerlukan pengelolaan diabetes mellitus dengan pendekatan holistik, termasuk secara farmakologis dan nonfarmaklogis.

Intervensi pencegahan yang dinilai paling efektif dalam mengurangi

risiko neuropati perifer dan sebagai terapi nonfarmakologis adalah aktivitas fisik, khususnya latihan kaki. Senam kaki bermanfaat bagi penderita diabetes melitus karena mampu memperbaiki sirkulasi darah pada ekstremitas bawah. Pasien diabetes dengan durasi penyakit yang panjang cenderung mengalami gangguan peredaran darah lebih berat akibat aliran darah yang terhambat pada arteri kecil, sehingga lebih rentan mengalami luka di kaki yang sulit sembuh dan berpotensi menimbulkan infeksi serius. Melalui deteksi dini dan penanganan yang tepat, kejadian infeksi neuropati perifer dapat ditekan (Ratnawati & Insiyah, 2017). Senam kaki diabetes sendiri dapat diterapkan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 1 maupun tipe 2. Gerakan dalam senam ini membantu mengurangi gejala neuropati sensorik melalui kontraksi otot yang memicu terbukanya saluran ion, sehingga ion positif dapat masuk. Proses ini memperlancar aliran darah serta penghantaran impuls saraf pada sirkulasi perifer, khususnya di area kaki, sehingga risiko komplikasi diabetes seperti neuropati dapat diminimalkan (Abdurrasyid *et al.*, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka perlu dilakukan penelitian mengenai penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada klien diabetes mellitus sebagai bagian dari asuhan keperawatan di Puskesmas Maccini Sawah.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana ‘’penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Maccini Sawah"?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Peneliti mampu melakukan penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien dengan diabetes mellitus.

2. Tujuan Khusus

   a. Melakukan pengkajian pada Ny. SN dengan diagnosa medis diabetes mellitus.

   b. Menentukan diagnosis keperawatan pada Ny. SN dengan diagnosa medis diabetes mellitus.

   c. Merencanakan intervensi keperawatan senam kaki diabetes pada Ny. SN untuk mencegah risiko neuropati perifer dengan diagnosa medis diabetes mellitus.

   d. Menerapkan implementasi keperawatan senam kaki diabetes pada Ny. SN untuk mencegah risiko neuropati perifer dengan diagnosa medis diabetes mellitus.

   e. Melakukakan evaluasi keperawatan senam kaki diabetes pada Ny. SN untuk mencegah risiko neuropati perifer dengan diagnosa medis diabetes mellitus.

D. Manfaat

a. Bagi Penulis

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan referensi dalam menambah pengetahuan penulis mengenai penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan pengetahuan terbaru mengenai penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus dan mendorong lebih banyak lagi penelitian di bidang keperawatan serta menjadi inovasi dalam praktik klinis kesehatan.

c. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan contoh terbaru dari hasil tindakan keperawatan mengenai penerapan senam kaki diabetes dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus.

d. Bagi Pasien

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi rujukan salah satu intervensi keperawatan untuk pengobatan yang mudah dan aman dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan salah satu rujukan bagi peneliti selanjutnya mengenai intervensi keperawatan non-farmaklogis yang tepat dalam mencegah risiko neuropati perifer pada pasien diabetes mellitus.