

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Lansia yang dimaksud di Indonesia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas (Firmansyah, 2019). Lansia menurut World Health Organization setelah berusia 60 atau 65 tahun (WHO, 2015). Memasuki usia tua akan mengalami kondisi kemunduran fisik yang ditandai dengan pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, penurunan kekuatan otot (gangguan musculoskeletal) dan penurunan sistem tubuh yang lain seperti sistem endokrin sering terjadi pada lansia yang mengakibatkan sering kelelahan, gerakan lambat, dan gerakan tubuh yang tidak proporsional. Akibat perubahan fisik lansia tersebut, mengakibatkan penurunan keseimbangan lansia dan menyebabkan terjadinya risiko jatuh pada lansia (Stanley & Beare, 2012)

Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang menyerang sebagian besar orang di dunia (Risnasari, 2019). Diabetes melitus tipe 2 juga dikenal sebagai silent killer apabila tidak dikelola dengan baik, sebab penyakit ini dapat menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai penyakit, seperti penglihatan kabur, katarak, penyakit jantung, penyakit ginjal, impotensi seksual, luka yang sulit diobati, infeksi paru-paru, penyakit pembuluh darah, stroke dan lain sebagainya (Fatimah, 2019). Penyakit diabetes melitus tipe 2 ini bisa mengganggu kesehatan fisik dan psikis (Kartikasari, 2018).

Menurut organisasi *Internasional Diabetes Federation* (IDF), memperkirakan angka prevalensi diabetes melitus tipe 2 di dunia pada tahun 2019 pada usia 20-79 tahun adalah sebesar 9,3%, prevalensi diabetes meningkat seiring penambahan umur penduduk umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada usia 65-79 tahun, angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045 (Kemenkes RI, 2020). Indonesia menduduki peringkat ke-7 dari 10 negara di dunia

dengan 10,7 juta penderita diabetes pada tahun 2019, yang diperkirakan meningkat pada tahun 2030 dan 2045 menjadi 13,7 juta dan 16,6 juta (Kemenkes 2020). Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan bahwa 2,0% masyarakat Indonesia menderita diabetes, seperti yang didiagnosa oleh dokter. Berdasarkan Riskesdas (2018), daerah dengan angka kejadian tertinggi adalah DKI Jakarta sebesar 3,4%, Kalimantan Timur sebesar 3,0%, DIY sebesar 2,8%, dan Jawa Tengah sebesar 2,2%. Dengan jumlah penduduk 10,7 juta jiwa, Indonesia merupakan negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi ketujuh di antara sepuluh negara teratas menurut Informasi Diabetes 2020 (Kemenkes RI, 2020).

Usia, jenis kelamin, obesitas, hipertensi, keturunan, makanan, merokok, alkohol, dan ketidakaktifan aktivitas semuanya merupakan kontributor terhadap perkembangan diabetes tipe 2. Karena penyakit ini diturunkan dari keluarga, mereka yang memiliki riwayat pribadi atau ibu yang mengidap diabetes tipe 2 lebih mungkin terkena penyakit itu sendiri. Diabetes melitus jika tidak ditangani dapat menyebabkan gagal ginjal kronik dan gangguan ginjal lainnya (Prasetyani & Sodikin, 2017). Pendekatan obat-obatan dan non-obat keduanya digunakan dalam pengobatan diabetes untuk menurunkan kadar gula darah. Insulin dan obat-obatan oral adalah contoh teknik farmakologi. Salah satu manfaat terapi senam kaki bagi pasien diabetes adalah dapat dilakukan dimana saja pasien merasa nyaman, hal ini sangat baik karena tujuan terapi ini adalah menurunkan kadar gula darah melalui mekanisme peningkatan (Silvia, 2021). Menurut Angraini dkk. (2020), hormon stres kortisol memiliki kemampuan menurunkan kadar gula darah secara alami.

Berdasarkan informasi yang dihimpun dari rekam medis RS Antonio Baturaja, sebanyak 67 orang dirawat di ruang rawat inap penderita diabetes selama dua bulan terakhir. Berdasarkan dari data diatas penulis tertarik menulis Karya Ilmiah dengan judul “ Penerapan Senam Kaki Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Fransiskus 1 Rumah Sakit Santo Antonio Baturaja”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada karya ilmiah akhir ini adalah “ bagaimana penerapan senam kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien lansia diabetes melitus tipe 2 di Ruang Fransiskus 1 Rumah Sakit Santo Antonio Baturaja?”

1.3. Tujuan Studi Kasus

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam karya tulis ilmiah adalah untuk menganalisis penerapan senam kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien lansia diabetes melitus di ruang Fransiskus 1 Rumah Sakit Santo Antonio Baturaja.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Mengidentifikasi karakteristik pasien lansia diabetes melitus tipe 2 di Ruang Fransiskus 1 Rumah Sakit Santo Antonio Baturaja.

1.3.2.2. Mengidentifikasi kadar gula darah sebelum pemberian intervensi senam kaki dan setelah intervensi senam kaki pada pasien lansia diabetes melitus tipe 2 di Ruang Fransiskus 1 Rumah Sakit Santo Antonio baturaja.

1.4. Manfaat Studi kasus

Diharapkan menambah pengetahuan dalam mengembangkan ilmu keperawatan terutama dalam terapi non farmakologis salah satunya tentang senam kaki pada pasien lansia diabetes melitus tipe 2

1.4.1. Manfaat Akademis

Diharapkan menambah pengetahuan dalam mengembangkan ilmu keperawatan terutama tentang penerapan senam kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi Rumah Sakit Santo Antonio

Penelitian ini memberikan masukan berupa alternatif intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan dalam pelayanan pasien diabetes mellitus tipe 2. Implementasi senam kaki di rumah sakit ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan serta mendukung program pengelolaan diabetes secara holistik.

1.4.2.2. Bagi Perawat

Penelitian ini memberikan pengetahuan baru tentang intervensi non-farmakologis dalam menurunkan kadar gula darah dengan menggunakan senam kaki. Sehingga perawat dapat menggunakan senam kaki sebagai cara pendekatan kepada pasien untuk menurunkan kadar gula darah.

1.4.2.3. Bagi Penderita DM tipe 2

Dengan penelitian ini dapat membantu pasien dalam menurunkan kadar gula darah, selain menggunakan obat, senam kaki juga dapat digunakan oleh pasien untuk menurunkan kadar gula darah. senam kaki ini juga praktis dapat dilakukan pasien di rumah.