

## BAB I PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan penyakit metabolik berkarakteristik hiperglikemia terjadinya karena ketidaknormalan sekresi pada insulin (Zahra, 2021). Kasus yang umum terjadi dialami pasien Diabetes mellitus yaitu penyakit neuropati sensorik ataupun kondisi kerusakan serabut syaraf sensorik dan mengakibatkan terganggunya sensasi rasa bergetar, sakit, kram, kesemutan, mati rasa serta kehilangan reflex tendon serta dapat menyebabkan terganggunya mekanism protektif dikaki, factor tersebut mengakibatkan penderita diabetes mellitus merasakan sensitif yang menurun (Keperawatan, et. al., 2020). Cara meminimalkan komplikasi DM berupa ulkus diabetik yaitu dengan melakukan senam kaki diabetik (Amaliyyah, 2021).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2015 jumlah orang yang menderita Diabetes Melitus di dunia mencapai 415 juta orang. Ada 10 juta kasus diabetes di Indonesia pada tahun 2015. Pada tahun 2040 ini akan meningkat menjadi 2152 juta. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2012 disebutkan bahwa angka kematian akibat Diabetes Melitus mencapai 1,5 juta kematian. Indonesia menduduki peringkat ke 7 (7,6 juta penderita) dari 10 peringkat negara dengan kasus Diabetes Melitus terbanyak di Dunia.

Meningkatnya kadar gula darah yang tidak stabil pada penderita penyakit Diabetes Melitus bisa mengakibatkan penyakit di organ diantaranya ginjal, sistem vascular, mata, serta rusaknya pembuluh darah perifer tungkai atau kaki diabetik serta neuropati diabetik (Amaliyyah, 2021). Gejala kronis diabetes mellitus mampu merusak jaringan syaraf dan pembuluh darah baik pada kemaluan ataupun kaki, sehingga bisa mengakibatkan impotensi dan kesemutan di kaki. Jika hal tersebut tidak segera diobati, maka akan dapat menyebabkan kondisi yang serius dimana sel tubuh akan berpaling pada lemak dan otot sebagai sumber alternatif.

Ini bisa berakibat pada ketoasidosis diabetik yang seterusnya menimbulkan peningkatan kadar asam dalam darah (Umroh, 2019).

Senam pada kaki merupakan salah satu pilar asuhan diabetes mellitus yakni kegiatan fisik yang memiliki manfaat menjadikan otot tungkai bagian bawah menjadikan lentur serta kuat, yang utama dipergelangan kaki serta jari kaki. Pergerakan senam bisa memperlancar peredaran darah keperifer kaki hingga memiliki potensi pencegahan penyakit arteri perifer (PAP). Senam dilakukan dengan rutin 3 sampai 5 kali setiap minggu lamanya kurang lebih 30 sampai 45 menit (Refani, 2020; Amaliyyah, 2021). Senam kaki merupakan latihan yang dilakukan untuk melancarkan peredaran darah, memperkuat otot kecil dan mencegah terjadinya luka pada kaki. Senam kaki diabetes dapat digunakan sebagai latihan kaki, hal tersebut dipercaya untuk mengelola pasien yang mengalami Diabetes Mellitus, sehingga pasien Diabetes Mellitus yang telah melakukan latihan kaki merasa nyaman, mengurangi nyeri, mengurangi kerusakan saraf dan mengontrol gula darah serta meningkatkan sirkulasi darah pada kaki serta memperbaiki gejala-gejala neuropati perifer seperti kesemutan dan kebas (Sari, 2015).

Allah Swt. memberikan petunjuk melalui teladan Nabinya Muhammad Rasulullah Saw. dalam menjaga kesehatan tubuh agar tetap terjaga. Salah satunya adalah olahraga yang bertumpu pada kaki. Rasulullah pernah mengajak balap lari dengan anak-anak yang ada di Madinah sebagaimana disampaikan oleh Sayyidah 'Aisyah Ra.

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَعِبَتِ الْحَبَشَةُ فَجِئْتُ مِنْ وَرَائِهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَجَعَلَ يُطَاطِئُ ظَهْرَهُ حَتَّى أَنْظُرَ. (رواه النساء: 8906)

Dari 'Aisyah Ra. Berkata: “*bahwa sejumlah orang Habasyah bermain-main dan aku mendatangi dari arah belakang Nabi Saw. Kemudian Nabi menundukkan punggungnya sehingga aku bisa melihat.*” (HR. An-Nasa'i: 8906)

Hadits di atas menceritakan bahwa ketika Rasulullah mengajak lari anak-anak Madinah, sebagaimana Rasulullah juga pernah mengajak lari Siti Aisyah Ra. Terapi senam kaki adalah olahraga yang bertumpu dengan

menggerakkan kedua kaki sebagaimana yang dilakukan oleh Rasulullah Saw. dalam hadits di atas yang sangat bermanfaat bagi penderita *diabetes mellitus* untuk membantu melancarkan peredaran darah kaki yang dapat memperlancar peredaran darah keperifer kaki.

Senam kaki juga sebagai satu cara untuk meningkatkan aktivitas berlatih agar penderita diabetes mellitus tidak hanya berbaring dan diam, tetapi juga agar menjadikan tubuh sehat dan kuat sebagaimana dianjurkan untuk seorang mukmin. Rasulullah Saw. bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ. (رواه مسلم: 4816)

“Abu Hurairah dia berkata; "Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: 'Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah Subhanahu wa Ta 'ala daripada orang mukmin yang lemah'".(HR. Muslim: 4816).

Maksud dari hadits ini adalah badan yang kuat dan sehat juga diperlukan untuk beribadah dan melakukan ketaatan. Sehingga kita meniatkan membuat badan sehat adalah agar bisa melakukan ibadah, ketaatan dan berbagai kebaikan. Maka penulis tertarik mengambil studi kasus dengan judul Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Penerapan Senam kaki Diabetes.

## I.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran asuhan keperawatan gerontik pada pasien Diabetes Melitus dengan penerapan senam kaki diabetes berdasarkan *literature review*?

## I.3 Tujuan

Untuk menggambarkan asuhan keperawatan gerontik pada pasien Diabetes Melitus dengan penerapan senam kaki diabetes berdasarkan *literature review*

#### I.4 Manfaat

Hasil studi kasus ini diharapkan, bermanfaat bagi:

1) Masyarakat secara luas

*Literatur Review* ini sebagai dasar bagi meningkatkan pengetahuan masyarakat secara luas dalam meningkatkan sensitivitas kaki dengan penerapan senam kaki diabetes.

2) Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Sebagai *evidence based nursing* terapan bidang keperawatan serta sebagai referensi untuk lebih meningkatkan sensitivitas kaki dengan penerapan senam kaki diabetes.

3) Bagi Penulis

Sebagai pengetahuan tambahan dan bisa mengaplikasikan hasil riset keperawatan, khususnya SOP cara meningkatkan sensitivitas kaki dengan penerapan senam kaki diabetes.

