

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kejadian kematian pada penderita Diabetes Mellitus (DM) di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Data *World Health Organization* (WHO, 2020) menunjukkan dalam 3 dekade terakhir, prevalensi DM tipe 2 meningkat secara dramatis di negara-negara dengan semua tingkat pendapatan. Bahkan kematian yang disebabkan oleh penyakit DM ini mencapai 1,6 juta kematian setiap tahunnya. Secara global, diperkirakan 422 juta orang dewasa memiliki penyakit DM, sebagian besar tinggal di negara yang berpenghasilan rendah dan menengah. Prevalensi penyakit DM di dunia terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. Berdasarkan survey (WHO, 2016), estimasi jumlah penyakit DM di Indonesia berada pada peringkat ke-4 di dunia dengan penderita DM terbanyak pada tahun 2000-2030.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa penyakit tidak menular seperti DM, stroke, kanker, penyakit jantung, hipertensi, asma, gagal ginjal kronik, dan penyakit sendi merupakan penyebab kematian utama di Indonesia. Prevalensi DM semua umur di Indonesia pada tahun 2018 sedikit lebih rendah dibandingkan prevalensi DM pada usia ≥ 15 tahun, yaitu sebesar 1,5%. Sedangkan provinsi dengan prevalensi DM tertinggi semua umur berdasarkan diagnosis dokter juga masih di daerah Khusus Ibu Kota Jakarta

dan terendah di Nusa Tenggara Timur. Sedangkan provinsi Jawa Barat ada pada urutan ke 20.

Diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia), yang dari waktu ke waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf (WHO, 2020). Kadar gula darah yang meningkat pada penderita DM disebabkan oleh beberapa faktor seperti usia, riwayat keluarga, faktor makanan, dan stress. Kebiasaan makan makanan yang berlebihan dan tidak teratur dapat menyebabkan terjadinya penyakit DM. Hal ini sesuai dengan ayat al-Qur'an yang melarang untuk berlebihan termasuk dalam makanan, karena lebih berpotensi terjadinya penyakit generatif. Allah berfirman di dalam al-Qur'an Al-a'raf ayat 31:

يٰۤاٰدَمُ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَشَرِبُوْا وَّلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Artinya: “*Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.*”(Q.S Al-a'raf ayat 31).

Penyakit DM sering menyebabkan komplikasi makrovaskular dan mikrovaskular. Komplikasi makrovaskular bisa didasari dengan adanya resistensi insulin, sedangkan makrovaskular disebabkan oleh peningkatan kadar gula darah. Pada keadaan hiperglikemia biasanya disebabkan oleh adanya masukan kalori yang berlebihan, pemberhentian obat oral maupun insulin yang didahului oleh stres akut. Hal ini sesuai dengan penelitian

(Susanti & Bistara, 2018) bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita DM di Puskesmas Tembok Dukuh Surabaya.

Untuk mencegah terjadinya komplikasi peningkatan kadar gula darah pada penderita DM, maka penderita memerlukan terapi non farmakologi seperti senam kaki yang dapat dilakukan secara teratur dan dinamis untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar gula darah. Senam kaki merupakan latihan yang dilakukan bagi penderita DM atau bukan penderita untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki (Soebagio, 2011). Untuk mencegah terjadinya luka pada kaki diabetik pada penderita DM, maka penderita diabetes dan keluarga harus mengetahui terapi modalitas (senam kaki). Berdasarkan penelitian (Ruben, Rottie, & Karundeng, 2016) menunjukkan bahwa adanya pengaruh senam kaki terhadap perubahan kadar gula darah penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Enemawira.

Senam kaki diatas merupakan salah satu bentuk usaha atau ikhtiar penderita DM dalam melakukan pencegahan hiperglikemia. Hal ini sesuai dengan Firman Allah dalam AL-Qur'an dan hadits Arba'ah yaitu :

... إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ ...

Artinya :”...Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri...” (QS. Ar-Ra'd : 11).

{ رواه الاربعة } " الْهَرَمُ " غَيْرَ دَاءٍ وَاجِدٍ " الْهَرَمُ " { رواه الاربعة }

Artinya: “Berobatlah kalian, karena Allah tidak menurunkan suatu penyakit, melainkan diturunkan pula obatnya, kecuali penyakit yang satu “ pikun ” (HR. Arba’ah).

Ayat dan hadist ini menjelaskan tentang segala jenis penyakit manusia, baik fisik maupun psikis, Allah-lah yang menyembuhkannya, yang terapinya sudah terkandung dalam firman-Nya, Al-Qur’an. Maka dari itu selain penderita dan keluarga berusaha untuk berobat , hendaknya kita sebagai manusia harus mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Dalam memberikan terapi non farmakologi terutama pemberian terapi senam kaki pada penderita DM, perawat harus mengetahui tentang riwayat kesehatan penderita dan keadaan kesehatan saat ini, perawat dapat mengajak penderita untuk berdiskusi tentang penggunaan dan manfaat dari senam kaki karena masyarakat belum memahami manfaat dari senam kaki dan menerapkan senam kaki, perawat juga harus mampu memberikan informasi yang dibutuhkan oleh penderita, agar penderita tidak merasa bingung dan dapat memutuskan masalah yang dialaminya atau memutuskan untuk melakukan senam kaki. Perawat harus memiliki tanggung jawab untuk memberi tahu penderita tentang efek samping yang mungkin terjadi dan mengajarkan perilaku modifikasi gaya hidup seperti diet yang bergizi, manajemen stress, olah raga dan penurunan berat badan (Rufaida, Lestari, & Sari, 2018). Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui

pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM berdasarkan *literature review*.

B. Rumusan Masalah

Penyakit DM merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan kematian utama di Indonesia. Peningkatan kadar gula darah pada sistem endokrin ini dapat menyebabkan penyakit komplikasi lainnya seperti hipertensi, stroke dan lain-lain.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian dan mencegah komplikasi DM adalah dengan mengontrol atau menurunkan kadar gula darah dengan cara terapi non farmakologi yaitu melakukan senam kaki, maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti “Bagaimana pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM berdasarkan *literature review*?”

C. Tujuan

Untuk mengetahui pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM berdasarkan *literature review*.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Literature review ini sebagai referensi bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan dalam

upaya pengembangan ilmu keperawatan komplementer yang akan diterapkan oleh mahasiswa keperawatan di bidang praktik keperawatan

2. Institusi Pelayanan

Literature review ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam upaya menurunkan angka kejadian DM dan mencegah komplikasi DM.

3. Profesi keperawatan

Literature review ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan profesi keperawatan sebagai *Evidence Based Practice* (EBP).

4. Peneliti

Menambah wawasan peneliti dalam pengalaman melakukan penelitian sekunder tentang senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien dengan DM melalui telaah *literature review*.

5. Peneliti Selanjutnya

Literature review ini ini diharapkan dapat menjadi referensi peneliti selanjutnya yang akan meneliti terkait dengan terapi non farmakologi pada penderita DM.