

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti Diabetes dapat menjadi ancaman serius bagi kesehatan global dan jika tidak segera ditangani secara serius maka hal tersebut akan menjadi masalah epidemi global yang akan mengakibatkan peningkatan dampak kerugian dibidang ekonomi khususnya bagi negara berkembang di wilayah Asia dan Afrika. Ditemukan data pada tahun 2017 di Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) menunjukkan peningkatan jumlah kasus serta pembiayaan pelayanan Diabetes di Indonesia mencapai 322.820 kasus dengan pembiayaan Rp 1,877 Triliun (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Diabetes Melitus (DM) yaitu penyakit kronis berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang melebihi batas normal atau disebut dengan hiperglikemia. Hiperglikemia dalam jangka panjang akan menimbulkan berbagai komplikasi yang sering terjadi pada penderita diabetes yaitu komplikasi mikrovaskuler yang kronis (penyakit ginjal dan mata) dan dapat terjadi komplikasi pada neuropati (penyakit saraf). Diabetes melitus dapat disertai dengan peningkatan penyakit makrovaskuler yang terdiri dari infark miokard, stroke dan penyakit vaskuler perifer (Simbolon, 2020).

Menurut organisasi *International Diabetes Federation (IDF)* Atlas 2017 melaporkan epidemi diabetes di Indonesia menunjukkan mengalami peningkatan. Pada wilayah di Asia Tenggara dimana Indonesia menempati urutan ke-3 dengan populasi sebesar 11,3%.

Populasi Diabetes Melitus di Indonesia berada di urutan ke-7 dari 10 negara penderita terbanyak yaitu sebesar 10,7 juta jiwa. Satu-satunya Negara di Asia Tenggara yang ada dalam daftar tersebut yaitu Indonesia. Selain itu, pada tahun 2018 ditemukan data penderita diabetes melitus pada penduduk berusia ≥ 15 tahun sebesar 8,5%. Angka tersebut menunjukkan bahwa sekitar 25% telah mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes melitus (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Pada tingkat Kota/Kabupaten di Provinsi Jawa Barat ditemukan kasus sebanyak 186.809 jiwa, sehingga dapat diartikan bahwa Provinsi Jawa Barat berpotensi menjadi provinsi dengan jumlah penderita diabetes melitus terbanyak di Indonesia jika tidak segera ditangani (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Masalah yang sering terjadi pada penderita diabetes melitus terjadinya berbagai komplikasi dan salah satunya neuropati sensorik atau keadaan dimana adanya kerusakan pada serabut saraf sensorik yang menyebabkan adanya gangguan sensasi rasa getar, rasa sakit, kesemutan, mati rasa atau baal dan hilangnya reflek tendon yang mampu menimbulkan gangguan mekanisme protektif pada kaki, faktor tersebut akan menyebabkan penderita diabetes melitus mengalami penurunan sensitivitas (Nurbaeti *et al.*, 2020).

Salah satu hal yang sangat mempengaruhi terjadinya komplikasi neuropati sensorik adalah usia, dimana pasien yang mengalami neuropati dengan rata-rata usia 60 tahun dan menderita diabetes melitus kurang lebih selama 7 tahun. Ditemukan data dengan 32% wanita dan 15% pria dilaporkan mengalami ketidakmampuan dalam berjalan seperempat mil, naik tangga dan melakukan aktivitas sehari-hari dikarenakan menurunnya fungsi ekstremitas bawah (Septina, 2017).

Upaya dalam penanganan diabetes melitus dapat dilakukannya terapi farmakologi dan non farmakologi. Bagi penderita diabetes melitus diharuskan mengkonsumsi obat anti diabetikum selama hidupnya, dimana hal ini membutuhkan biaya dan kepatuhan yang maksimal. Upaya dalam penanganan pada pasien diabetes melitus yang dapat mencegah terjadinya komplikasi yaitu dengan secara rutin menjaga keseimbangan gula darah melalui terapi farmakologi seperti insulin, dan pemberian obat anti diabetik serta dapat diseimbangi dengan terapi non farmakologi dapat berupa terapi aktivitas fisik. Dengan dilakukannya aktivitas fisik dapat merangsang sensitivitas reseptor-reseptor insulin dan dapat memperbaiki sensitivitas insulin, sehingga dapat memperbaiki sensitivitas kaki. Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk memperbaiki kadar glukosa darah terhadap sensitivitas kaki pada penderita diabetes melitus yaitu senam kaki dan *progressive muscle relaxation* (Herliawati, 2019).

Senam kaki diabetik merupakan salah satu kegiatan latihan yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus untuk membantu meningkatkan sirkulasi darah di kaki yang dapat mengurangi derajat neuropati. Selain itu senam kaki merupakan salah satu latihan aktivitas fisik ringan yang dapat dilakukan oleh para lansia, senam kaki memiliki banyak manfaat bagi penderita diabetes melitus yang sudah mengalami neuropati maupun yang belum mengalami neuropati. Manfaat lain dari senam kaki ini diantaranya memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta dapat mengatasi keterbatasan pada gerak sendi yang sering dialami penderita diabetes melitus dan mencegah terjadinya luka (Brahmantia *et al.*, 2020).

Pada senam kaki ini sangat dianjurkan untuk para penderita diabetes melitus yang mengalami gangguan sirkulasi darah pada bagian ekstremitas bawah, dan dapat

disesuaikan dengan kondisi tubuh penderita. Latihan senam kaki diabetik ini dapat dilakukan dengan cara menggerakkan kaki dan sendi-sendi misalnya berdiri dengan tumpuan kedua tumit dan jari-jari kaki diangkat kemudian mengangkat dan menurunkan kaki. Gerakan tersebut dapat berupa gerakan menekuk, meluruskan, mengangkat, memutar ke arah luar atau ke arah dalam dan mencengkram jari-jari kaki (Suhertini *et al.*, 2016)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ningrum *et al.*, (2020), hasil penelitian tersebut memberikan hasil adanya pengaruh dengan meningkatnya sensitivitas pada kaki pasien penderita diabetes melitus yang mengalami penurunan sensitivitas, setelah dilakukannya senam kaki secara teratur penderita cenderung mengalami peningkatan sensitivitas kaki dibandingkan dengan sebelum menerima intervensi senam kaki. Intervensi senam kaki dilakukan selama 7 kali pertemuan dengan durasi 20-30 menit. Berdasarkan penelitian lain oleh Nurbaeti *et al.*, (2020), didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh yang signifikan, terjadinya peningkatan terhadap tingkat sensitivitas kaki setelah dilakukannya intervensi senam kaki selama 3 kali dalam sehari dengan durasi 15-30 menit selama 3 hari.

Sebagai petugas kesehatan, perawat memiliki peranan sebagai pendidik atau edukator. Perawat dapat membantu klien mengenal mengenai masalah kesehatan dan prosedur asuhan keperawatan untuk memulihkan dan memelihara status kesehatan. Dengan adanya informasi yang benar maka dapat meningkatkan pengetahuan pada penderita diabetes melitus untuk melakukan pola hidup sehat. Maka dari itu diperlukannya penatalaksanaan dari perawat sebagai petugas kesehatan bertujuan untuk menghindari terjadinya komplikasi pada suatu penyakit (Fahra *et al.*, 2017).

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan diatas, senam kaki diabetik merupakan salah satu terapi non farmakologi latihan aktivitas fisik yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus, karena gerakan yang dilakukan pada senam kaki mampu untuk mengurangi terjadinya keluhan pada neuropati sensorik seperti baal dan kesemutan, dengan tujuan melancarkan peredaran darah dan meningkatkan sensitivitas pada kaki. Oleh karena itu, penulis bertujuan untuk mengkaji bukti klinis lebih lanjut secara literatur menggunakan pendekatan *Evidence Based Nursing (EBN)* mengenai “Pengaruh Senam Kaki Diabetik Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe 2”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah yang menjadi fokus dalam pembahasan *Literature Review* dengan pendekatan *Evidence Based Nursing* : Bagaimanakah pengaruh senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2 berdasarkan kajian literatur?

C. Tujuan Literatur Review

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi prosedur senam kaki terhadap sensitivitas kaki pada lansia penderita diabetes melitus.
- b. Untuk mengidentifikasi lama pemberian intervensi senam kaki diabetik.

- c. Untuk mengidentifikasi alat ukur keberhasilan sensitivitas kaki pada lansia setelah dilakukan senam kaki diabetik.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil pencarian bukti ilmiah ini dapat dijadikannya referensi keilmuan mengenai intervensi pengaruh senam kaki diabetik yang dapat dijadikan acuan untuk pemberian intervensi dibidang kesehatan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penderita Diabetes Melitus

Hasil *literature review* ini diharapkan penderita diabetes melitus dapat mengaplikasikan intervensi senam kaki diabetik ini sebagai terapi non farmakologi untuk meningkatkan sensitivitas pada kaki.

- b. Bagi perawat

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat dijadikan sebagai prosedur pemberian intervensi non farmakologi untuk meningkatkan sensitivitas kaki penderita diabetes melitus, karena intervensi ini mudah dan dapat dilakukan oleh semua orang.

- c. Bagi Panti Sosial Lansia

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat dijadikan sebagai prosedur pemberian intervensi non farmakologi untuk meningkatkan sensitivitas kaki pada lansia.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai pembahasan topik senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki pada lansia penderita diabetes melitus.

E. Sistematika Pembahasan

Sistematika pada penulisan skripsi ini melalui tahapan literatur review dengan pendekatan EBN yang berjudul “Pengaruh Senam Diabetik Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe 2” maka dari itu penulis menguraikannya dalam lima BAB, yaitu:

BAB I PENDAHULUAN

Pada BAB ini membahas meliputi latar belakang mengenai pengaruh senam diabetik terhadap sensitivitas kaki pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan dan sistematika pembahasan.

BAB II METODE

Pada BAB ini menjelaskan tentang strategi pencarian bukti klinis serta tahapan-tahapan dalam EBN meliputi PICOT (Populasi, Intervensi, *Comparison*, *Outcome* dan *Times*)

BAB III HASIL

Pada BAB ini berisi pemaparan berbagai hasil dari analisis jurnal dengan menuliskan langkah-langkah membuat EBN. Adapun langkah dalam membuat EBN yaitu dengan menilai artikel penelitian berupa intervensi yang kemudian dituangkan melalui kaidah VIA (*Validity*, *Importancy*, dan *Applicability*).

BAB IV PEMBAHASAN

Pada bab ini berisi simpulan dari hasil analisis jurnal dengan kaidah VIA sampai dengan pengambilan keputusan klinis. Selain itu, pada bab ini akan dijelaskan mengenai prosedur terapi senam kaki diabetik.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini berisi pemaparan secara singkat hasil dari penulisan *Evidence Based Nursing* (EBN) serta menguraikan rekomendasi bagi pihak-pihak terkait.