

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah, terutama kadar glukosa darah saat ini 200 mg/dL atau lebih tinggi dan kadar glukosa darah puasa 126 mg/dL atau lebih tinggi. Diabetes melitus (DM) saat ini merupakan ancaman serius terhadap kesehatan global, dengan 70% kematian global disebabkan oleh diabetes dan lebih dari separuh beban penyakit global (Aprillia et al., 2022).

Diabetes tipe 1 terjadi ketika sel-sel pankreas yang memproduksi insulin rusak atau dihancurkan oleh sistem kekebalan tubuh. Diabetes tipe 1 biasanya didiagnosis pada masa kanak-kanak atau remaja dan memerlukan pengobatan insulin seumur hidup (Babar et al., 2019). Sebaliknya, diabetes tipe 2 terjadi Ketika tubuh tidak dapat memproduksi cukup insulin atau menggunakan insulin secara efektif. Diabetes tipe 2 dapat dikontrol dengan pola makan sehat, olahraga, dan pengobatan tertentu. Diabetes tipe 2 biasanya terjadi pada orang dewasa, namun semakin banyak anak-anak dan remaja yang didiagnosis menderita diabetes jenis ini (Halim & Halim, 2019).

Berdasarkan dari data dari Word Health Organization (WHO), menyebutkan ada sekitar 422 juta orang di dunia yang menderita Diabetes Melitus dan akan terjadi peningkatan sekitar 8,5% pada populasi orang dewasa dan diperkirakan juga terdapat 2,2 juta kematian dengan presentase akibat Diabetes Melitus yang terjadi pada usia 70 tahun, khususnya di negara-negara yang berstatus ekonomi rendah dan menengah (WHO, 2019). Berdasarkan IDF (2021), pada tahun 2021 Indonesia tercatat memiliki jumlah penderita sebesar 19,5 juta penduduk yang menunjukkan bahwa hal ini membawa Indonesia menjadi urutan ke-5 dari 10 negara dengan penderita Diabetes terbanyak. Sedangkan prevalensi Diabetes tertinggi di Indonesia terdapat di wilayah DKI Jakarta (3,1%), dan urutan 2 (Dua) terendah ada Provinsi Maluku (0,6%) dan Papua Pegunungan (0,2%). (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Dan untuk prevalensi Diabetes di Provinsi Jambi

tertinggi terdapat di perkotaan Jambi (2,2%) dan terendah ada di Kota Sarolangun (0,1%). (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, jumlah penderita diabetes di Kota Jambi sebanyak 11.447 orang pada tahun 2020, meningkat menjadi 12.614 orang pada tahun 2021, dan meningkat lagi menjadi 21.127 orang pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2022). Data tersebut menunjukkan kasus diabetes di Kota Jambi terus meningkat dari tahun ke tahun.

Peningkatan jumlah penderita Diabetes dikarenakan DM kebiasaan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik memiliki peran penting dalam perkembangan penyakit ini. Namun faktor lain seperti keturunan, di mana risiko diabetes meningkat jika memiliki keluarga dengan riwayat penyakit ini. Usia juga menjadi faktor penting. Risiko diabetes mellitus tipe 2 meningkat seiring bertambahnya usia. Kondisi medis tertentu, seperti hipertensi dan obesitas, serta faktor-faktor lain seperti kualitas tidur yang buruk dan stres, juga dapat meningkatkan risiko diabetes mellitus. Penting untuk dipahami bahwa kombinasi dari faktor-faktor ini menyebabkan perkembangan DM meningkat, sehingga pendekatan holistik diperlukan untuk pencegahan dan manajemen DM (Bunga Farchati dkk., 2023).

Tanda-tanda diabetes dapat diklasifikasikan menjadi dua kelompok: tanda-tanda klinis yang khas dan tanda-tanda umum. Gejala klinis yang umum meliputi keinginan yang tidak terkendali untuk minum lebih banyak (polidipsia), peningkatan frekuensi keluarnya urine dalam jumlah banyak (poliuria), kenaikan dalam keinginan untuk makan (polifagia), serta penurunan berat badan. Gejala umum diabetes mencakup kelelahan, kecemasan, nyeri, kesemutan, pandangan yang kabur, rasa gatal, pria mengalami kesulitan ereksi, sementara wanita merasakan gatal di sekitar mons pubis (Widiasari, 2021).

Pada penderita DM tipe 2 latihan jasmani memiliki peran utama dalam pengaturan kadar glukosa darah. Pada penderita diabetes mellitus tipe 2 produksi insulin tidak terganggu, tetapi karena respon reseptor pada sel terhadap insulin resistensi masih kurang, maka insulin tidak dapat membantu transfer glukosa ke dalam sel. Pada saat berolahraga keadaan permeabilitas membran terhadap glukosa meningkat pada otot yang berkontraksi sehingga resistensi insulin berkurang. Latihan (aktivitas fisik) merupakan cara yang sangat penting untuk dilakukan oleh penderita diabetes mellitus terutama dalam menangani peningkatan glukosa dalam darah. Salah satu latihan dianjurkan adalah senam diabetes mellitus (Sinaga, 2021).

Senam diabetes adalah senam fisik yang dirancang menurut usia dan status fisik dan merupakan bagian dari pengobatan diabetes mellitus (Persadia, 2022). Senam diabetes merupakan latihan fisik sebagai upaya mencegah dan mengontrol diabetes militus. Pada saat senam sel-sel di otak bekerja lebih keras sehingga lebih membutuhkan gula untuk dibakar menjadi tenaga. Senam diabetes mengaktifasi ikatan insulin dan reseptor insulin dimembran plasma sehingga dapat menurunkan kadar glukosa darah. Kelebihan dari senam diabetes adalah dapat membantu mengontrol kadar gula darah dengan meningkatkan sensitivitas insulin, dapat membantu meningkatkan kesehatan jantung dengan mengurangi tekanan darah dan meningkatkan aliran darah, dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan, yang dapat mempengaruhi kadar gula darah, Senam diabetes dapat membantu mengurangi risiko komplikasi diabetes, seperti penyakit jantung, stroke, dan kerusakan ginjal. (Damayanti, 2020).

Survey awal yang dilakukan pada tanggal 5 Juni 2025 kepada 10 orang pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Pakuanbaru bahwa masih banyak yang belum bisa mengontrol kadar gula darah, salah satunya kurangnya aktivitas fisik seperti senam Diabetes.

Berdasarkan latar belakang diatas bahwa penulis akan melakukan mengenai Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Terhadap Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu bagaimana Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mendapatkan gambaran pengakajian pada pasien DM Tipe 2 Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.
2. Untuk mendapatkan gambaran diagnosa keperawatan pada pasien DM Tipe 2 dalam Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.
3. Menyusun intervensi pada pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.
4. Memaparkan hasil implementasi pada pasien DM tipe 2 dalam Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.
5. Memaparkan hasil evaluasi pada pasien DM dalam Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Diabetes Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakuanbaru Tahun 2025.

1.4 Manfaat Peneliti

1.4.1 Bagi Puskesmas Pakuanbaru Kota Jambi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi Puskesmas dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien DM.

1.4.2 Bagi Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi

Sebagai bahan tambahan ilmu tentang asuhan keperawatan dengan masalah menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.3 Bagi Pasien

Senam diabetes dapat membantu pasien dalam menurunkan kadar gula darah.

1.4.4 Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai bahan masukan serta pertimbangan dalam penelitian selanjutnya yang akan mengembangkan studi kasus ini dengan topik yang berbeda.