

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pembangunan kesehatan bertujuan meningkatkan kesadaran hidup sehat demi derajat kesehatan masyarakat yang optimal. Namun, perubahan gaya hidup modern telah menggeser pola penyakit menjadi Penyakit Tidak Menular (PTM) yang bersifat kronis. Salah satu PTM dengan peningkatan kasus signifikan dan beban kesehatan besar adalah Diabetes Mellitus (Az Zahra et al., 2024). Diabetes Mellitus (DM) terjadi akibat gangguan endokrin berupa metabolisme yang lambat dan perubahan fungsi pankreas, sehingga tubuh tidak mampu memproduksi atau menggunakan insulin secara optimal (Meilani et al., 2022). Secara global, prevalensi DM terus meningkat signifikan di semua rentang usia (Purwaningsih et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) mencatat lonjakan penderita dari 200 juta jiwa pada tahun 1990 menjadi 830 juta pada tahun 2022 (WHO, 2024). Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* (IDF), pada tahun 2025, diperkirakan ada sekitar 589 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun di seluruh dunia yang hidup dengan diabetes, atau sekitar 1 dari setiap 9 orang. Jumlah ini diprediksi akan naik menjadi 853 juta pada tahun 2050. Sebagian besar penderita diabetes (81%) berada di negara berpendapatan rendah dan menengah, yang mencakup banyak negara berkembang. Diabetes juga menjadi penyebab kematian sekitar 3,4 juta orang pada tahun 2024 (IDF, 2025).

Di tingkat nasional, berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2024, prevalensi penyakit diabetes melitus di Indonesia diperkirakan mencapai 20,4 jiwa Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (IDF, 2025). Menurut Dinas kesehatan provinsi Jawa Timur pada tahun 2024, sekitar 882.315 jiwa di Jawa Timur didiagnosis menderita diabetes mellitus (Triyono et al., 2025). Sementara itu, di Kabupaten Ponorogo jumlah penderita diabetes pada tahun 2024 mencapai 17.092 jiwa, sedangkan di Puskesmas Ponorogo Selatan pada tahun 2024 tercatat sebanyak 579 penderita (Dinkes, 2025).

Tingginya angka prevalensi ini berbanding lurus dengan risiko komplikasi kronis, terutama ulkus diabetikum yang menyerang 15–20% penderita DM (Budiman, 2024). Kondisi ini dipicu oleh neuropati perifer yang menyebabkan hilangnya sensasi sensorik pada kaki, sehingga memicu timbulnya luka yang sulit sembuh hingga risiko amputasi (Cahyo, 2023). Sebagai langkah preventif, intervensi senam kaki diabetes menjadi sangat krusial karena mampu memperlancar sirkulasi darah dan memperkuat otot kaki. Namun, efektivitas tindakan preventif ini sepenuhnya bergantung pada tingkat pengetahuan pasien mengenai prosedur yang benar (Astirani et al., 2024). Tanpa pemahaman kognitif yang baik, tindakan mandiri di rumah tidak akan mencapai hasil terapeutik yang diharapkan (Trihandayani et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada Januari 2026 di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan, data profil kesehatan menunjukkan beban penyakit yang signifikan dengan jumlah penderita DM sebanyak 3.069 kasus pada tahun 2023 dan 2.747 kasus pada tahun 2024

(Ponorogo, 2024). Meskipun terdapat fluktuasi angka, data tersebut menunjukkan bahwa DM tetap menjadi masalah kesehatan prioritas. Hasil observasi dan wawancara terhadap 5 responden menunjukkan bahwa mayoritas pasien (80%) memiliki pengetahuan yang sangat rendah mengenai senam kaki. Pasien cenderung tidak mengetahui urutan gerakan yang sistematis, frekuensi latihan yang dianjurkan, serta cara kerja gerakan tersebut dalam melindungi kaki mereka. Fenomena ini mengindikasikan bahwa rendahnya pengetahuan menjadi hambatan utama yang menyebabkan pasien tidak melakukan senam kaki sebagai perilaku rutin

Rendahnya pengetahuan diperburuk oleh metode konvensional satu arah tanpa instrumen berkelanjutan, sehingga retensi informasi pasien rendah dan detail gerakan mudah terlupakan. Sebagai solusi, media audiovisual dinilai lebih efektif daripada metode ceramah karena memberikan stimulus visual dan auditori yang dapat diputar ulang untuk memperkuat memori jangka panjang pasien (Prihandhani et al., 2025).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai Pengaruh Penyuluhan Senam Kaki DM Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Penyuluhan Senam Kaki DM Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Penyuluhan Senam Kaki DM Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien DM tentang senam kaki sebelum diberikan penyuluhan (*pre-test*).
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien DM tentang senam kaki setelah diberikan penyuluhan (*post-test*).
- c. Menganalisis pengaruh penyuluhan senam kaki DM terhadap tingkat pengetahuan pasien diabetes mellitus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini berfungsi sebagai literatur perpustakaan terkait penerapan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan pasien penyakit kronis.

- b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan atau data dasar bagi pengembangan riset keperawatan selanjutnya mengenai edukasi senam kaki, serta memberikan gambaran nyata dalam menerapkan strategi edukasi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman pasien di lapangan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melakukan senam kaki secara mandiri sebagai upaya preventif dalam mencegah komplikasi ulkus diabetikum.

b. Bagi Keluarga

Memberikan pemahaman yang mudah diikuti sehingga keluarga dapat berperan aktif dalam mendukung dan mengawasi pelaksanaan senam kaki rutin di rumah.

c. Bagi Penulis

Sebagai sarana pengaplikasian teori riset keperawatan dan pengembangan kemampuan dalam merancang strategi edukasi kesehatan yang efektif bagi masyarakat.

d. Bagi Perawat

Menjadi referensi intervensi mandiri keperawatan dalam mengoptimalkan edukasi kesehatan guna meningkatkan pemahaman pasien dan menurunkan risiko komplikasi DM.

e. Bagi UPT Puskesmas

Memberikan masukan untuk inovasi strategi promosi kesehatan serta menjadi dasar pertimbangan dalam mengaktifkan kembali program kelompok senam DM secara berkelanjutan.