BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia atau seseorang yang memiliki usia 60 tahun keatas membutuhkan pemeliharaan untuk meningkatkan kesehatan untuk mencapai masa tua yang sehat, bahagia, berdaya, dan produktif. Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit serius dalam pelayanan kesehatan yang biasa terjadi pada lansia karena peningkatan kadar gula berlebihan (Ratnawati et al., 2019). Diabetes melitus (DM) adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya (Cahyani & Mujahid, 2020). Diabetes Melitus (DM) adalah suatu penyakit metabolik dimana seseorang memiliki kadar gula darah yang tinggi, disebabkan karena produksi insulin yang tidak adekuat atau karena sel yang dimiliki tubuh tidak merespon insulin seperti yang seharusnya atau keduanya (Wijanarko et al., 2018). Maka dari itu, dengan usia tersebut, maka diperlukan untuk menjaga kesehatan terutama lansia yang biasa rentan terkena penyakit diabetes melitus.

Menurut (Simamora et al., 2020) seseorang penderita diabetes memiliki peningkatan risiko mengalami sejumlah masalah kesehatan yang mengancam jiwa membutuhkan biaya perawatan medis yang mahal, menurunnya kualitas hidup dan juga angka kematian meningkat. Simamora juga mengungkapkan bahwa komplikasi pada penderita diabetes melitus yang kemungkinan dapat terjadi meliputi meningkatnya resiko penyakit jantung, stroke, neuropati, retinopati diabetikum, dan gagal ginjal. Simamora menyatakan bahwa komplikasi diabetes melitus yaitu hipoglikemia, hiperglikemia, penyakit makrovaskuler mengenai

pembuluh darah besar, penyakit jantung koroner, penyakit makrovaskuler mengenai pembuluh darah kecil, neuropati, neuropati saraf sensorik atau berpengaruh pada ekstrimitas.

Menurut WHO (World Health Organization) memprediksi adanya peningkatan jumlah penderita diabetes melitus yang cukup besar di Indonesia dari 8,4 juta menjadi 21,4 juta pada tahun 2030. Pada tahun 2017 di Indonesia terdapat 9,1 juta jiwa penderita diabetes melitus. Penderita Diabetes melitus di Jawa Timur masih sekitar 330.512 jiwa (Susanti, 2019). Menurut (Direktorat Jenderal Kekayaan & Kementerian, 2021) persentase penduduk lansia Kabupaten Blitar meningkat menjadi 14,44% di tahun 2020 dari 13,41% pada tahun 2010 (hasil SP2010). Semakin bertambahnya proporsi usia lansia di Kabupaten Blitar menunjukkan bahwa Kabupaten Blitar telah memasuki era ageing population dimana persentase penduduk usia 60 tahun ke atas lebih besar dari 10 persen.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Wlingi Blitar menunjukkan jumlah lansia penghuni PSTW Blitar sejumlah 45 orang. Lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 28 orang dan lansia berjenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang. Lansia penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Wlingi Blitar yang berusia 45-59 tahun sebanyak 1 orang, usia 60-74 tahun sebanyak 15 orang, usia 75-90 tahun sebanyak 25 orang, dan lansia yang berusia <90 tahun sebanyak 1 orang, dan lansia yang usia nya tidak terkaji sebanya 3 orang. Berdasarkan keluhan lansia yang menderita hiperglikemi berjumlah 7 orang.

Seseorang yang menderita diabetes melitus biasanya terdapat tanda dan gejala yang muncul seperti sering buang air kecil, cepat merasa lapar, dan juga perubahan berat badan. Adanya perlukaan, infeksi serta adanya gangrene, adalah

salah satu komplikasi penyakit diabetes yang sering dijumpai pada kaki diabetic (diabetic foot) yang tidak ditangani dengan tepat. (Herdiansyah et al., 2019) mengungkapkan bahwa terdapat dua tindakan dalam prinsip dasar pengelolaan *diabetic foot* yaitu tindakan pencegahan dan tindakan rehabilitasi, untuk tindakan pencegahannya sendiri bisa dilakukan secara mandiri meliputi edukasi perawatan kaki. Kegiatan yang harus dilakukan dalam perawatan kaki adalah dengan melakukan senam kaki diabetes, memotong kuku dengan benar, memakai alas kaki yang baik dan menjaga kebersihan kaki. Dasar pengobatan yang harus dilakukan setelah komplikasi muncul yaitu mengontrol kadar glukosa darah secara semaksimal mungkin, karena neuropati terjadi seiring berjalannya penyakit diabetes melitus (Hermanto et al., 2021).

Senam kaki diabetes melitus merupakan aktivitas atau kegiatan latihan yang dapat dilakukan oleh seseorang penderita diabetes mellitus guna untuk mencegah dampak terjadinya luka dan dapat memperlancar peredaran darah bagian kaki. Senam kaki diabetik adalah kegiatan latihan yang dilakukan dengan cara menggerakkan kaki agar otot dan sendi kaki tidak mengalami kekakuan (Syapitri et al., 2020). Senam kaki diabetik adalah latihan atau gerakan-gerakan yang dilakukan oleh ke dua kaki secara bergantian atau bersamaan untuk memperkuat atau melenturkan otot-otot di daerah tungkai bawah terutama pada kedua pergelangan kaki dan jari- jari kaki, senam kaki ini menjadi salah satu latihan atau kegiatan yang dianjurkan kepada pasien penderita diabetes melitus (Herdiansyah et al., 2019). Senam kaki dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kecil kaki, serta mencegah terjadinya gangguan bentuk kaki, selain itu dapat meningkatkan kekuatan otot betis, otot paha, dan mengatasi keterbatasan gerak

persendian. Untuk penderita diabetes yang mengalami gangguan sirkulasi darah dan neuropati di kaki, senam diabetik ini sangat dianjurkan disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan penderita diabetes melitus (Hermanto et al., 2021).

Berdasarkan uraian diatas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang implementasi senam kaki diabetik dalam merangsang sensivitas kaki lansia penderita diabetes melitus di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan permasalahan penelitian ini adalah :

Bagaimanakah implementasi senam kaki diabetik dalam merangsang sensitivitas kaki lansia penderita diabetes melitus di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi senam kaki diabetik dalam merangsang sensitivitas kaki lansia penderita diabetes melitus di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kajian ilmu pengetahuan khususnya dibidang keperawatan gerontic.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipakai dalam melakukan penelitian lebih lanjut dalam bidang keperawatan gerontic dan menambah literature mengenai implementasi senam kaki diabetik terhadap sensitivitas kaki lansia penderita diabetes melitus.

2. Bagi Pasien

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi pasien agar pasien diabetes melitus melakukan senam kaki diabetic secara rutin untuk meningkatkan sensivitas kaki

3. Bagi Intitusi Poltekkes Kemenkes Malang

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan mengenai implementasi senam kaki diabetik dalam merangsang sensitivitas kaki lansia penderita diabetes melitus.