

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah atau disebut hiperglikemia. Kondisi ini timbul akibat defisiensi sekresi insulin, gangguan kerja insulin, atau kombinasi keduanya (Lestari et al., 2021). Kurangnya manajemen diri seringkali menyebabkan seseorang memiliki kebiasaan gaya hidup yang tidak sehat seperti asupan gula yang berlebih dan kurang berolahraga (Kartika, 2021). Kontrol glikemik yang buruk menjadi masalah umum yang sering terjadi pada pasien diabetes yakni kadar gula darah yang tidak stabil. Ketidakstabilan kadar glukosa darah ini, jika terus-menerus terjadi, dapat memicu berbagai komplikasi serius, baik komplikasi akut seperti hipoglikemia dan ketoasidosis diabetik, maupun komplikasi kronis yang berdampak pada organ vital seperti penyakit kardiovaskular, nefropati, neuropati, dan retinopati (Alfaqih, 2021).

Prevalensi kasus diabetes melitus secara global terus meningkat setiap tahun. Berdasarkan *International Diabetes Federation* (IDF), diperkirakan kuantitas penderita DM akan meningkat dari 0,3 juta pada tahun 2013-2017 menjadi 16,7 juta di tahun 2045. Saat ini Indonesia mengalami peningkatan kasus diabetes dan WHO sendiri memprediksikan tahun 2030 menempati ranking kedua setelah India. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2023 mencapai 863.686 kasus (Dinkes Jatim, 2023).

Tingginya angka Diabetes Mellitus tersebut disebabkan oleh beberapa faktor antara lain seperti kelainan genetik, usia, pola makan, obesitas, tingkat stress, infeksi pada pankreas, dan obat-obatan yang dapat merusak pankreas (Budianto et al., 2022). Hiperglikemia kronis ini bersifat toksik bagi sel-sel tubuh, memicu stres oksidatif dan glikosilasi protein, yang merusak struktur dan fungsi pembuluh darah kecil (mikrovaskuler) dan besar (makrovaskuler), serta saraf perifer. Manajemen diabetes bertujuan untuk mempertahankan kadar gula darah sehingga dapat meminimalkan terjadinya komplikasi akibat hiperglikemi (Said et al., 2021).

Upaya yang dapat dilakukan dalam manajemen hiperglikemi adalah terapi alternatif dan komplementer / *Complementary and Alternative Medicine* (CAM). Terapi komplementer diperlukan untuk melengkapi atau memperkuat pengobatan konvensional maupun biomedis agar bisa mempercepat proses penyembuhan (Damayanti et al., 2021b). Salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan dalam manajemen hiperglikemi pada penderita DM tipe 2 adalah hidroterapi dan senam kaki diabetes (Wike, 2007)

Hidroterapi atau terapi air putih merupakan metode perawatan dan penyembuhan dengan menggunakan air putih hangat. Air hangat memiliki efek vasodilatasi, yaitu melebarkan pembuluh darah. Sirkulasi yang lebih baik penting bagi penderita diabetes karena mereka rentan terhadap masalah sirkulasi (seperti penyakit arteri perifer). Sirkulasi yang lancar membantu pengiriman oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh, termasuk ke ekstremitas, serta membantu proses detoksifikasi. Minum air hangat dapat memberikan efek menenangkan dan relaksasi pada tubuh. Stres diketahui dapat memicu pelepasan hormon-hormon yang meningkatkan kadar gula darah (seperti kortisol). Dengan mengurangi stres,

air hangat secara tidak langsung dapat membantu menstabilkan gula darah.(Sutrisna et al., 2024).

Hasil penelitian Kusniawati & Suhanda, (2024) menjelaskan bahwa minum air putih minimal enam gelas perhari akan memenuhi kebutuhan serat dan cairan. Hidroterapi dapat membantu proses pembuangan semua racun di dalam tubuh termasuk kadar gula darah yang berlebih. Hasil penelitian Tarigan, (2021) menjelaskan bahwa dengan minum air putih menyebabkan terjadinya pemecahan gula sehingga untuk mengeluarkan zat-zat kimia melalui ginjal diperlukan jumlah cairan yang banyak sehingga mampu mengontrol kadar gula darah bagi penderita DM

Sejalan dengan hidroterapi, terapi komplementer lain yang memiliki signifikansi klinis dalam manajemen DM adalah senam kaki diabetes. Senam kaki diabetes adalah serangkaian gerakan terapeutik terstruktur yang dirancang untuk meningkatkan sirkulasi darah di ekstremitas inferior, memperkuat otot-otot intrinsik dan ekstrinsik kaki, serta mempertahankan atau meningkatkan mobilitas sendi pergelangan kaki dan kaki (Yanti & Leniwita, 2022). Latihan ini berperan penting dalam pencegahan dan penatalaksanaan komplikasi neuropati perifer diabetik serta ulkus kaki diabetik, yang merupakan penyebab utama morbiditas, disabilitas, dan amputasi pada populasi penderita DM (Kurnia & Fitri, 2023). Dengan memfasilitasi peningkatan aliran darah ke jaringan perifer, senam kaki diabetik mengoptimalkan suplai oksigen dan nutrisi, serta mengoptimalkan pembuangan produk sisa metabolik. Peningkatan sirkulasi ini secara tidak langsung berkontribusi pada efisiensi utilisasi glukosa oleh otot-otot skeletal, sehingga berpotensi menstabilkan kadar glukosa darah (Istiroha et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut diatas menunjukkan bahwa hidroterapi dan senam kaki diabetes memiliki efektifitas yang baik sebagai terapi non farmakologis untuk membantu mengontrol dan menurunkan angka kadar glukosa darah, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Kombinasi Hidroterapi Dan Senam Kaki Diabetes Untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pemberian asuhan keperawatan pada pasien diabetes dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang diberikan intervensi kombinasi hidroterapi dan senam kaki diabetes?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui asuhan keperawatan pada pasien diabetes dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang diberikan intervensi kombinasi hidroterapi dan senam kaki diabetes

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menjelaskan pengkajian keperawatan pada pasien dengan diabetes melitus.
2. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada pasien dengan diabetes melitus.
3. Menjelaskan intervensi keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.
4. Menjelaskan implementasi keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

5. Menjelaskan evaluasi keperawatan pada pasien diabetes melitus dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan referensi bagi ilmu keperawatan terkait metode penatalaksanaan bagi penderita diabetes salah satunya melalui hidroterapi dan senam kaki untuk mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Puskesmas

Hasil karya ilmiah ini dapat menjadi masukan untuk perawat dalam memberikan intervensi hidroterapi dan senam kaki diabetes untuk mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Malang

Hasil Karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai referensi untuk mempelajari intervensi penerapan hidroterapi dan senam kaki diabetes untuk mengatasi masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil karya ilmiah ini dapat menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai penyakit diabetes melitus serta perawatannya sehingga pasien dan keluarga mampu melakukan pengelolaan diabetes salah satunya dengan hidroterapi dan senam kaki diabetes secara mandiri