

BAB I

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan kelainan metabolik yang disebabkan oleh beberapa faktor, dengan gejala-gejala berupa hiperglikemia (peningkatan kadar glukosa darah) dan gangguan metabolisme pada karbohidrat, lemak dan protein (Susilo & Wulandari, 2011). Diabetes merupakan permasalahan kesehatan serius di seluruh dunia. Diabetes Militus (DM) adalah penyakit degeneratif, yang dipengaruhi oleh gaya hidup dan pola makan.

Menurut Riskesdas (2018), prevalensi penderita Diabetes Mellitus di Indonesia sebesar 8,5% atau sekitar 20,4 juta orang. Sedangkan menurut *International Diabetes Federation* (2019), Indonesia menduduki urutan ke 4 dari 10 Negara penyandang Diabetes Mellitus dengan prevalensi sebesar 11,3%. Prevalensi diabetes melitus untuk Provinsi Jawa Tengah sebesar (1,59%) (Riskesdas, 2018). Jumlah kasus Diabetes mellitus di Surakarta ditemukan kasus Diabetes Mellitus tidak tergantung insulin sebanyak 139 (data Puskesmas) dan 1.427 (data Rumah Sakit). Diabetes Mellitus yang bergantung insulin sebanyak 6.679 (data Puskesmas) dan 22.462 (data Rumah Sakit) (Dinkes Surakarta, 2017).

Permasalahan diabetes melitus di Indonesia dari tahun ke tahun semakin meningkat. salah satu pencegahannya yaitu mencegah komplikasi yang ditimbulkan oleh Diabetes Melitus. salah satu komplikasi yang sering muncul adalah pada kaki atau neuropati. Hampir 60% penderita diabetes mengalami komplikasi neuropati diabetik (Black & Hawks, 2014). Gejala yang timbul pada pasien yang mengalami neuropati adalah parestesia (rasa tertusuk-tusuk, kesemutan atau peningkatan kepekaan), rasa terbakar (khususnya malam hari), patirasa, penurunan fungsi proprioseptif, penurunan sensibilitas terhadap sentuhan ringan, penurunan sensibilitas nyeri dan suhu yang membuat penderita neuropatik beresiko untuk mengalami cedera dan infeksi pada kaki tanpa diketahui (Yulita, 2019).

Upaya untuk menurunkan neuropati adalah dengan dilakukan latihan khusus. Salah satu latihan tersebut adalah dengan melakukan senam kaki. Senam kaki adalah kegiatan atau latihan yang dilakukan oleh pasien diabetes mellitus

untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki (Widianti & Proverawati, 2010). Menurut penelitian Sembiring (2017), sebelum dilakukan senam kaki diperoleh nilai mean : 6,70 dan sesudah dilakukan senam kaki diperoleh nilai mean : 1,40 setelah itu dilakukan Uji *Wilcoxon Sign Rank* menunjukkan nilai p : 0,004 dimana ($p < 0,05$), hal ini berarti ada pengaruh senam kaki terhadap penurunan neuropatik pada luka kaki diabetik. Senam kaki dilakukan dengan durasi 30-60 menit dan 3-4 kali seminggu.

Berdasarkan uraian dan permasalahan diatas, Salah satu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman penderita diabetik adalah dengan membuat video senam kaki. Maka dari itu penulis membuat luaran video Penerapan senam kaki untuk menurunkan neuropati pada luka kaki diabetik. Alasan penulis memilih menggunakan luaran video karena luaran video terdapat gambar, gerakan, suara dan tulisan yang lebih mudah dipahami oleh masyarakat khususnya penderita diabetes. Tujuan luaran video senam kaki adalah meningkatkan pengetahuan kepada penderita diabetes melitus tentang video senam kaki untuk menurunkan neuropati pada luka kaki diabetik. Manfaat luaran video senam kaki bagi penulis adalah untuk menambah pengetahuan penulis tentang pembuatan video senam kaki untuk menurunkan neuropati pada luka kaki diabetik. Manfaat luaran video senam kaki bagi Institusi adalah untuk menambah referensi Mahasiswa tentang pengembangan video senam kaki untuk menurunkan neuropati pada luka kaki diabetik. Manfaat luaran video senam kaki bagi masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang cara senam kaki untuk menurunkan neuropati pada luka kaki diabetik dan untuk memotivasi masyarakat supaya mau melakukan senam kaki dengan rutin.