

BAB I

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya cenderung meningkat. Peningkatan penderita diabetes melitus dikarenakan adanya perubahan pola makan, yaitu dari makanan tradisional yang tinggi serat, rendah lemak, rendah kalori ke konsumsi makanan mengandung kalori seperti karbohidrat sederhana, lemak, daging merah dan rendah serat (Cahyati, 2019).

Menurut WHO, 70% dari total kematian di dunia, 90-95% kasus adalah Diabetes Melitus Tipe 2 sebagian besar dapat dicegah dengan memperbaiki gaya hidup. Mayoritas Diabetes Melitus Tipe 2 disebabkan oleh kelebihan berat badan dan kurangnya aktivitas fisik. Gaya hidup atau life style dapat mempengaruhi kesehatan seseorang, salah satunya yaitu obesitas yang merupakan faktor terjadinya peningkatan DM Tipe 2 terutama di negara-negara berkembang (Sari, 2018).

Internasional Diabetes Federation IDF, (2019), menyatakan bahwa saat ini 463 juta orang hidup di dunia dengan diabetes mellitus dan diprediksi akan melonjak 700 juta orang menderita diabetes pada tahun 2045 diseluruh dunia. Prevalensi diabetes mellitus diperkirakan meningkat dengan penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada usia 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta ditahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Wilayah Asia Tenggara dimana Indonesia berada, menempati peringkat ke-3 dengan prevalensi sebesar 11,3% (Juniarti et al., 2021).

Pada tahun 2019, diperkirakan penderita diabetes melitus di provinsi Jawa Tengah sebanyak 652.822 orang Dinkes Jawa Tengah, (2019). Data terbaru dipaparkan melalui Riskesdas Boyolali pada Tahun 2020 sebanyak 16.302 orang dan penderita DM yang tercatat mendapatkan pelayanan sesuai standar pada tahun 2020 di Kabupaten Boyolali adalah 16.069 orang (98,6 %). (Boyolali, 2020)

Diabetes melitus adalah suatu penyakit kronis yang disebabkan ketika tubuh tidak efektif dalam menggunakan insulin yang dihasilkan atau pankreas tidak dapat menghasilkan cukup insulin, sehingga timbul peningkatan kadar gula dalam darah

yang dikenal sebagai hiperglikemia Kemenkes, (2019). Penatalaksanaan yang tidak efektif dalam menangani penyakit DM akan mengakibatkan komplikasi akut bahkan kronis. Komplikasi akut yaitu perubahan kadar glukosa dan komplikasi kronik yaitu perubahan pada sistem kardiovaskuler, perubahan pada sistem saraf perifer, perubahan mood dan kerentanan terhadap infeksi. Selain itu, perubahan vaskular diekstermitas bawah dapat mengakibatkan terjadinya arteriosklerosis sehingga terjadi komplikasi yang mengenai kaki yaitu Penyakit Arteri Perifer (LeMone, et al, 2016).

Komplikasi berupa kaki diabetik yang bermanifestasikan sebagai ulkus infeksi dan gangrene, jika tidak tertangani dengan optimal dapat menyebabkan kecacatan akibat amputasi dan kematian. Angka kematian dan amputasi di Indonesia masih tinggi masing-masing 16% dan 25% Megawati et al., (2020). Pengelolaan kaki diabetes dapat di bagi menjadi dua kelompok yaitu pencegahan primer dan sekunder. Pencegahan primer yaitu mencegah agar tidak terjadinya luka dan pencegahan sekunder yaitu mengontrol gula darah.

Senam kaki diabetik merupakan kegiatan yang dilakukan untuk melancarkan peredaran darah, memperkuat otot-otot kecil dan mencegah terjadinya luka pada kaki. Efek dari Senam kaki dapat mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki. (Prima, 2019).

Senam kaki ini memiliki banyak manfaat baik bagi pasien yang mengalami neuropati maupun yang belum mengalaminya. Diantaranya dapat memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha, serta mengatasi keterbatasan gerak sendi yang sering dialami oleh penderita Diabetes Mellitus (Brahmantia et al., 2020)

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ariyanti et al., (2019) menunjukkan adanya pengaruh senam kaki diabetes dengan bola plastik terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di lingkungan Geguntur wilayah kerja puskesmas Karang Pule. Rekomendasi yang dapat diberikan adalah pemberian kegiatan senam kaki diabetes yang teratur di pelayanan kesehatan untuk mencegah atau mengurangi komplikasi diabetes mellitus tipe 2.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka sebagai penulis tertarik untuk menulis Tugas Akhir berupa Pengembangan Media Komunikasi Informasi

dan Edukasi (KIE) dengan tema “Edukasi Senam Kaki Untuk Perubahan Gula darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Media Video“. Media Video tergolong dalam media audio visual, yakni media yang dapat menampilkan gambar sekaligus suara secara bersamaan yang dapat digunakan untuk menyampaikan suatu gagasan dalam bentuk edukasi yang mudah dipahami.

Tujuan dari pembuatan media video ini diharapkan penulis akan memberikan manfaat untuk sejawat perawat, yakni dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini dapat membantu tenaga kesehatan lain dalam memberikan komunikasi, informasi, edukasi tentang pemberian Senam Kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus sebagai terapi nonfarmakologis. Untuk masyarakat, dengan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan bagi masyarakat tentang Senam Kaki untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus sebagai terapi nonfarmakologis yang mudah dilakukan oleh masyarakat.