

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia saat ini menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular meningkat disebabkan karena faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol (Dinata et al., 2022). Gaya hidup yang tidak sehat disebabkan karena terjadinya peningkatan kemakmuran dinegara dari tahun ke tahun sehingga mengakibatkan prevalensi penyakit Diabetes Mellitus meningkat (Lestari, L., & Zulkarnain, 2023).

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit yang berbahaya yang biasa disebut sebagai *silent killer* selain penyakit jantung, yang merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar (Admin et al., 2021). Diabetes melitus adalah terganggunya fungsi pankreas dalam memproduksi hormon insulin atau sel tubuh tidak mampu menggunakan insulin yang sudah diproduksi organ pankreas dengan baik (Ramadhan & Mustofa, 2022). Menurut International Diabetes Federation (2019), Diabetes melitus merupakan suatu keadaan yang serius yang terjadi dalam waktu lama (kronis), serta terjadi karena terdapat peningkatan kadar glukosa darah pada seseorang dan tubuh tidak dapat memproduksi salah satu atau cukup hormon

insulin atau tidak dapat menggunakan hormon insulin yang dihasilkan secara efektif.

Diabetes melitus merupakan penyakit global yang prevalensinya terus mengalami peningkatan di dunia, baik pada negara maju maupun negara berkembang (Haskas et al., 2018). Berdasarkan data International Diabetes Federation (2021) prevalensi diabetes melitus global sebesar 537 Juta orang dewasa (umur 20-79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes diseluruh dunia. Diabetes melitus juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik. Berdasarkan data International Diabetes Federation (2019) diketahui Indonesia merupakan salah satu diantara 22 negara di wilayah Pasifik Barat yang memiliki kasus Diabetes Melitus sebanyak 10.276.100 kasus pada tahun 2017 dengan total populasi orang dewasa sebanyak 166.531.000 jiwa, serta dengan prevalensi kasus diabetes pada orang dewasa sebanyak 6,7%.

Sumatera Barat diperkirakan memiliki prevalensi total Diabetes Melitus sebanyak 3,4 juta jiwa dan menempati urutan ke 11 dari 34 provinsi yang ada di Indonesia dengan angka 1,3 % (Infodatin, 2020). Menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, (2020) jumlah pasien Diabetes Mellitus di Kota Padang yakni 17.018 jiwa dimana sebanyak 15.588 jiwa menerima pelayanan kesehatan di berbagai puskesmas Kota Padang. Kota Padang menempati urutan ketiga dengan jumlah penderita Diabetes Melitus di Sumatera Barat setelah kota Pariaman dan Padang Panjang (Risksda, 2020). Berdasarkan jumlah pasien Diabetes Melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar didapatkan bahwa wilayah

kerja Puskesmas Lubuk Buaya merupakan wilayah kerja dengan jumlah pasien Diabetes Mellitus terbanyak di Kota Padang yakni sebanyak 2.444 jiwa yang diikuti wilayah kerja Puskesmas Pauh yang berjumlah 1.120 jiwa, Puskesmas Pegambiran sebanyak 1.100 jiwa dan Puskesmas Lubuk Kilangan sebanyak 973 jiwa.

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan komplikasi pada berbagai macam organ tubuh (Dinata et al., 2022). Komplikasi yang sering dialami pada pasien Diabetes melitus antara lain katarak, penyakit ginjal, penyakit jantung, hipertensi, gangguan penglihatan, gangguan pembuluh darah, gatal seluruh badan, infeksi bakteri kulit, stroke, rasa kesemutan pada tungkai serta kelemahan otot (neuropati perifer) dan luka pada tungkai yang sukar sembuh (Astuti et al., 2017).

Dampak diabetes melitus akan memperburuk kualitas hidup bahkan kematian, sehingga upaya penanggulangan dan pencegahan perlu segera dilakukan. Bentuk penanggulangan dan pencegahan difokuskan untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar gula didalam plasma darah (hiperglikemia) yang menjadi penyebab utama terjadinya komplikasi (Kurnia & Elka Fitri, 2023). Kadar glukosa darah dapat dikendalikan dengan metode 4 pilar, yaitu: edukasi, terapi gizi medis, latihan fisik atau jasmani dan terapi farmakologi (Hati & Muchsin, 2022).

Latihan fisik merupakan salah satu program yang diunggulkan untuk penanggulangan dan pencegahan Diabetes Melitus, karena efeknya dapat menurunkan kadar glukosa darah dan mengurangi resiko kardiovaskuler (Yunita et

al., 2019). Latihan fisik akan meningkatkan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif, dimana otot mengubah simpanan glukosa menjadi energi sehingga secara langsung dapat menyebabkan penurunan glukosa dalam darah. Selain itu pada saat melakukan latihan fisik terjadi pembakaran kalori yang menambah metabolisme tubuh, sehingga selain dapat mengendalikan kadar gula darah, latihan fisik juga dapat menurunkan berat badan (Hardika, 2018).

Salah satu contoh latihan fisik sedang yang bisa dilakukan oleh penderita diabetes adalah berjalan kaki selama 30 menit dan berjalan cepat (*brisk walking exercise*) selama 20 menit (Hati & Muchsin, 2022). *Brisk walking exercise* merupakan salah satu bentuk latihan aerobik dengan bentuk latihan aktivitas sedang dengan teknik jalan cepat selama 20-30 menit dengan rerata kecepatan 4-6 km/jam. *Brisk walking exercise* ini cukup efektif untuk merangsang kontraksi otot, meningkatkan kapasitas denyut jantung, memecahkan glikogen serta peningkatan oksigen di dalam jaringan, selain itu latihan ini juga dapat mengurangi pembentukan plak melalui peningkatan penggunaan lemak dan peningkatan penggunaan glukosa (Kowalski, 2014). *Brisk walking exercise* merupakan salah satu olahraga aerobik yang dapat menjaga kadar gula darah dalam rentang normal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Hati dan Muchsin (2022) didapatkan bahwa *Brisk Walking* dapat menurunkan kadar glukosa darah pasien dibates melitus dengan nilai $p= 0,0001$. Sejalan dengan hasil penelitian Saputra dan Haskas (2023) yang mengatakan bahwa ada pengaruh latihan fisik jalan cepat terhadap perubahan

kadar gula darah sewaktu pada wanita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar.

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk menyusun laporan akhir karya ilmiah mengenai “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Ny. E dengan kasus Diabetes Melitus Menggunakan Penerapan *Brisk Walking Exercise* Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang”

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga pada Ny. E dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif sehingga mampu menerapkan aplikasi *Evidence Based Nursing* dengan penerapan *Brisk Walking Exercise* untuk menurunkan kadar glukosa darah di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada keluarga Ny. E di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.

- c. Menjelaskan intervensi keperawatan keluarga Ny. E dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan keluarga Ny. E dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif di Kelurahan Lambung Bukit, Kecamatan Pauh, Kota Padang Tahun 2023.

C. Manfaat

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Brisk Walking Exercise*.
- b. Hasil Laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Brisk Walking Exercise* dengan pengembangan variabel lain.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/Keperawatan

- a. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi Puskesmas untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Brisk Walking Exercise*
- b. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan program di Puskesmas untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan *Brisk Walking Exercise*

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih baik dan dapat menambah informasi, pemahaman, pengetahuan, dan wawasan bagi peneliti mengenai cara menurunkan kadar glukosa darah pada klien yang mengalami Diabetes Melitus dengan cara menerapkan *Brisk Walking Exercise*.

