

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang cukup tinggi di dunia berupa Diabetes Melitus. Data dari lembaga dunia *World Health Organization* (2021) mendeskripsikan penderita diabetes melitus sekitar 422 juta orang di seluruh dunia mengidap diabetes, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian secara langsung disebabkan oleh diabetes setiap tahunnya. Baik jumlah kasus maupun prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. Diabetes melitus menjadi 9 dari 10 kasus penyebab terbesar kematian di dunia yang mencapai 1,5 juta orang pada tahun 2019. Prevalensi Diabetes di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 didapatkan data penderita diabetes melitus mencapai 1,5% dari 1.017.290 orang penduduk yang disurvei berdasarkan diagnosis dokter pada semua umur. Prevalensi kasus Diabetes Melitus tipe II di provinsi Kalimantan Barat mencapai 1,1% dari 19.190 orang penduduk yang disurvei. Untuk di Kabupaten Sekadau, prevalensi kasus Diabetes Melitus mencapai 0,5% dari 61132 orang penduduk yang dilakukan survey berdasarkan diagnosis dokter (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Salah satu kasus diabetes melitus yang prevalensinya cukup tinggi berupa diabetes melitus tipe 2. Diabetes melitus tipe 2 dapat disebabkan oleh beberapa faktor resiko seperti faktor resiko yang tidak dapat diubah (kelainan genetik, usia) dan yang dapat diubah (stres, pola makan, aktivitas fisik, obesitas, merokok dan hipertensi) (Delfina et al., 2021; Kabosu et al., 2019). Penatalaksanaan Diabetes Melitus dapat digolongkan menjadi dua berupa penatalaksanaan dengan pendekatan farmakologi serta non farmakologi yang dapat berupa terapi gizi dan nutrisi, edukasi cara manajemen diabetes mandiri, dan aktivitas fisik. Perawatan diri pada pasien DM di Indonesia kebanyakan

tidak dilakukan secara maksimal. Pasien masih menghandalkan pengobatan medis tanpa mengontrol pola makan serta aktivitas fisik yang sangat kurang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Qurniawati et al (2020) menjelaskan banyak responden tidak melakukan pemantauan glukosa darah yang teratur, diet dan latihan fisik tidak dilaksanakan secara baik, serta resep obat yang diberikan tidak dilakukan secara optimal. Pasien DM yang melakukan perawatan diri hanya sebesar 38,94%, dengan perilaku diet 4,85%, perawatan kaki 3,57%, latihan fisik, 3,19%, kontrol glukosa darah 3,02%.

Hasil Studi pendahuluan peneliti di RSUD Sekadau didapatkan prevalensi kasus Diabetes Melitus Tipe II mencapai 604 pasien pada tahun 2023 serta menempati urutan pertama kasus tertinggi penyakit rawat jalan pada tahun 2023. Berdasarkan wawancara pada 3 orang penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang berkunjung ke RSUD Sekadau didapatkan selama ini, ketiga pasien hanya berfokus pada pengobatan yang diberikan di Rumah Sakit serta mencoba mengatur pola makan pasien. Pasien mengatakan belum pernah melakukan aktivitas atau olahraga yang berkaitan dengan proses perawatan penyakitnya. Pasien hanya melakukan olahraga kecil-kecil seperti jalan kaki. Selama menerapkan kegiatan-kegiatan ini, ketiga pasien merasakan masih agak lemah dan kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu,, peneliti mencoba mencari solusi berdasarkan permasalahan yang dirasakan oleh pasien yang salah satunya menggunakan latihan aktivitas berupa olahraga/senam aerobik.

Penelitian yang dilakukan Siregar (2020) menjelaskan bahwa salah satu olahraga yang efektif untuk menurunkan kadar gula darah yang dapat dilakukan oleh penderita DM tipe 2 agar kesehatan dan fungsi metabolisme dalam tubuh meningkat adalah senam aerobik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Evangeline et al (2018) yang mengungkapkan jika senam aerobik efektif terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus dikarenakan sel-sel otot bekerja lebih keras sehingga lebih membutuhkan gula dan oksigen untuk dibakar menjadi energi dan menyebabkan kadar gula darah menurun. Selain itu, Dewi & Susilawaty (2019)

dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa pengontrolan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 efektif apabila dilakukan dengan senam aerobik.

Berdasarkan penelitian tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan Penerapan Senam Aerobik Dalam Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Rawat Jalan RSUD Sekadau.

B. Batasan Masalah

Batasan masalah pada laporan ini berupa “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan Penerapan Senam Aerobik Dalam Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Rawat Jalan RSUD Sekadau?”.

C. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada laporan ini yaitu “Bagaimana Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan Penerapan Senam Aerobik Dalam Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Rawat Jalan RSUD Sekadau?”.

D. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk menganalisa Asuhan Keperawatan Pada Ny. S Dengan Penerapan Senam Aerobik Dalam Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Rawat Jalan RSUD Sekadau.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian penerapan senam aerobik dalam mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Sekadau.
- b. Membuat diagnosa penerapan senam aerobik dalam mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Sekadau.

- c. Menentukan intervensi penerapan senam aerobik dalam mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Sekadau.
- d. Melakukan penerapan senam aerobik dalam mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Sekadau.
- e. Melakukan evaluasi penerapan senam aerobik dalam mengontrol kadar gula darah pasien penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Sekadau.

E. Manfaat

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dua aspek yaitu

1. Manfaat Teoritis

Sebagai dasar pengembangan dan referensi terkait intervensi dari segi aktivitas fisik dalam mengontrol kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe II.

2. Manfaat Praktis

Pasien mendapatkan mengontrol kadar gulanya selama menderita Diabetes Melitus Tipe II.

F. Penelitian Terkait

No	Nama Penulis	Judul	Sampel	Metode	Hasil
1	(Siregar, 2020)	Latihan Fisik Senam Aerobik Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah Pada Dm Tipe II	20 pasien	Quasy experiment	Hasil penelitian menggunakan uji statistik Paired sample t-Test diperoleh hasil kadar gula darah sebelum dan sesudah pemberian terapi senam aerobik berbeda secara signifikan dengan nilai ($p=0,001$; $value < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan ada Pengaruh Latihan Fisik Senam Aerobik Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah Pada Diabetisi Tipe II di Klub Senam Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Helvetia Medan.
2	(Alli & Fauzi, 2023)	Pengaruh Senam Aerobik Diabetes Melitus Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Desa Mekarwangi Tahun 2023	35 orang	Quasy Experiment	Hasil Penelitian : Setelah dilakukan Senam Aerobik Diabetes Melitus didapatkan mayoritas dengan kadar glukosa darah dalam kategori sedang sebanyak 22 responden (62,9%), artinya terdapat korelasi yang signifikan antara pengaruh senam aerobik diabetes melitus terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

3	(Nababan & Nababan, 2022)	Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Poriaha	30 orang	Quasy Experiment	Ada pengaruh senam aerobic terhadap penurunan kadar glukosa darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan penurunan glukosa darah sekitar 48 mg/dl.
---	---------------------------	--	----------	------------------	--