

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kondisi ini terjadi karena pankreas tidak menghasilkan insulin yang cukup atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Gejala yang sering muncul meliputi sering buang air kecil (poliuria), sering merasa haus (polidipsia), sering merasa lapar (polifagia), penurunan berat badan, mudah lelah, penglihatan kabur, kesemutan, dan gatal pada kulit. Apabila tidak terkontrol, diabetes dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti kerusakan pada jantung, pembuluh darah, ginjal, mata, dan saraf. Selain itu, penderita diabetes juga berisiko mengalami luka pada kaki yang sulit sembuh hingga berujung amputasi (Nopi, 2024). Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah (hiperglikemia) (Suiraoaka, 2022). Secara global, diabetes termasuk dalam 10 besar penyebab kematian dan kecacatan (WHO, 2023).

Menurut IDF, (2022) mengungkapkan bahwa terdapat 537 juta orang pada usia 20-79 tahun sehingga menduduki posisi kelima terbanyak di dunia dengan jumlah penderita diabetes mellitus sebesar 19,5 juta. Sementara di Indonesia 10,7 juta dengan menduduki peringkat ke 7 dari 10 negara. Jumlah penduduk lanjut usia berdasarkan informasi proyeksi penduduk, pada tahun 2021 di Indonesia terdapat 29,3 juta jiwa penduduk lansia (10,82%) Diperkirakan pada tahun 2025 jumlah penduduk usia tua (33,69 juta), 2030

(40,95 juta) dan 2035 (48,19 juta) (Kemenkes R.I., 2021). berdasarkan hasil study pendahuluan pada tanggal 04 – 06 Maret 2026 di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya di huni oleh sebanyak 15 orang lansia laki-laki dan 18 orang lansia perempuan, untuk lansia dengan masalah Diabetes Mellitus ada 14 lansia, 10 lansia dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah (Hiperglikemi) dan 4 lansia dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah (hipoglikemia).

Terdapat dua kategori Diabetes Mellitus (DM) yaitu Diabetes Mellitus (DM) tipe 1 dan Diabetes Mellitus (DM) tipe 2. Ketidakstabilan glukosa darah (hiperglikemia) merupakan kondisi peningkatan kadar glukosa darah yang dapat berlangsung akut dan kronis yang disebabkan karena faktor keturunan, obesitas, makan secara berlebihan, kurang berolahraga, serta perubahan gaya hidup. Salah satu penyakit yang dapat menimbulkan ketidakstabilan kadar glukosa darah adalah diabetes melitus. Karena pada diabetes melitus diakibatkan oleh adanya kenaikan kadar glukosa darah yang ditandai dengan ketidakabsolutan insulin dalam tubuh disertai gejala klasik diabetes melitus yaitu poliuria, polydipsia, polifagia. Sehingga pada pasien diabetes mellitus dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah bila tidak ditangani dengan baik maka akan beresiko menyebabkan komplikasi (Istibsaroh et al., 2023).

Pengendalian kadar gula darah pada penderita DM dapat dilakukan dengan edukasi mengenai penyakit, terapi nutrisi, latihan jasmani dan penanganan farmakologi seperti terapi insulin (Lufthiani et al., 2020). Terapi

penyakit DM untuk menyetabilkan kadar gula darah semakin berkembang dan banyak jenisnya, hal ini dikarenakan semakin meningkatnya jumlah penderita DM di masyarakat. Exercise merupakan bagian yang penting dalam penatalaksanaan penderita diabetes karena dapat membantu penderita untuk meningkatkan kesensitifan insulin, mengontrol berat badan, menurunkan risiko terkena gangguan jantung. Pada saat *exercise* permeabilitas membran sel terhadap glukosa meningkat pada otot yang berkontraksi sehingga gula darah lebih mudah masuk kedalam sel dan sensitivitas insulin meningkat (Eprianti, 2022). *Walking Exercise* atau jalan kaki merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik sederhana yang sangat dianjurkan bagi penderita diabetes melitus (Kemenkes RI, 2018). *Walking exercise* menurut *Carribean Public Health Agency* (CPHA) (2019) adalah suatu aktivitas fisik sederhana yang dapat dilakukan secara terstruktur dan terencana untuk mempertahankan atau meningkatkan kesehatan dengan gerakan berjalan dan mengayunkan tangan sesuai irama jalan, gerakan bebas dari seluruh tubuh sebagai tanda dan berfungsinya pergerakan guna merangsang berbagai organ- organ dan sistem tubuh (Rondhianto et al.,2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Supriyanto, (2022) menyebutkan bahwa ada pengaruh aktivitas fisik jalan kaki terhadap gula darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 dan disarankan melakukan aktivitas jalan kaki secara teratur seminggu 3 sampai 5 kali selama sekitar 30 sampai 45 menit. Penelitian lain yang dilakukan oleh Khusma, (2020) bahwa *walking exercise* yang dilakukan secara kontinu mampu

menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2, dengan hasil sebagian besar kadar glukosa darah sesudah pelaksanaan perlakuan waling exercise kategori normal (< 200 mg/dl) sebanyak (81,3%) sedangkan sebagian kecil kategori tinggi sebanyak (18,8%).

Berdasarkan fenomena di atas, pemberian terapi *walking exercise* di Panti Werdha Hargo Dedali menjadi penting untuk dikaji sebagai upaya non farmakologis yang murah, mudah, dan tidak menimbulkan efek samping. Selain dapat meningkatkan kesejahteraan fisik, terapi ini juga berpotensi memperbaiki kualitas hidup lansia melalui efek relaksasi dan peningkatan kenyamanan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas penulis tertarik melakukan asuhan tentang “Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah (Hiperglikemi) Dengan Latihan *Walking Exercise* (Jalan Kaki) Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Panti Werdha Hargo Dedali”

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas “Bagaimana asuhan keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah pada pasien *Diabetes Mellitus*?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran Asuhan Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah (Hiperglikemi) dengan Intervensi *Walking Exercise* (Jalan Kaki) pada Pasien Diabetes Melitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.
2. Merumuskan diagnosa keperawatan pada Pasien Diabetes Melitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.
3. Melaksanakan intervensi keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah dengan Intervensi *Walking Exercise* (Jalan Kaki) Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.
4. Melaksanakan implelementasi keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah dengan Intervensi *Walking Exercise* (Jalan Kaki) Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.
5. Melaksanakan evaluasi keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah dengan Intervensi *Walking Exercise* (Jalan Kaki) Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat diharapkan menambah pemberian pengetahuan dan informasi bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Bagi Penulis

Sebagai pengalaman dalam menerapkan ilmu yang di peroleh selama perkuliahan tentang asuhan keperawatan Glukosa Darah pada pasien *Diabetes Mellitus* dan Implementasi Inovasi Intervensi *Walking Exercise* sesuai SOP pada penderita Diabetes Melitus.

1.4.3 Bagi Pasien dan Keluarga

Sebagai tambahan ilmu bagi pasien dan keluarga untuk menerapkan tindakan keperawatan, yang dilakukan secara mandiri dengan intervensi walking exercise yang di ajarkan oleh perawat.

