

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Diabetes Mellitus mengalami peningkatan kadar gula darah yang menjadi masalah kesehatan masyarakat Nasional dan Global. Diabetes Mellitus (DM) suatu penyakit metabolik yang ditandai dengan *hyperglikemia* akibat kelainan sekresi insulin, gangguan fungsi insulin, atau keduanya. Salah satu jenis DM yang paling umum adalah DM Tipe 2, yang menjadi perhatian utama karena terus meningkatnya angka kejadian dan prevalensinya di berbagai negara, termasuk Indonesia (Perkeni, 2021).

Faktor yang mempengaruhi kadar gula DM Tipe 2 antara lain pola makan dan minum yang tidak seimbang (tinggi kalori, rendah serat, atau fast food), kurang olahraga, obesitas, merokok, stres dan usia ≥ 45 tahun. DM Tipe 2 tanpa perawatan diri yang baik berkembang menjadi penyakit dan menimbulkan komplikasi setiap tahunnya (Khair, Ubo, & Mustari, 2021).

Komplikasi yang dapat terjadi pada penderita DM Tipe 2 dapat berupa gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati. Kelainan ini dapat terjadi pada penderita DM Tipe 2 yang sudah lama menderita penyakit tersebut atau DM Tipe 2 yang baru terdiagnosis. Komplikasi makrovaskuler umumnya menyerang jantung, otak, dan pembuluh darah, sedangkan gangguan mikrovaskuler dapat terjadi pada mata dan ginjal (Perkeni, 2021).

Penderita dengan DM Tipe 2 sering mengalami gangguan tidur akibat sering terbangun untuk ke toilet, mimpi buruk mengenai kondisi kesehatan mereka, dan kesulitan tidur disebabkan perasaan cemas serta pikiran negatif. Ketakutan yang mereka alami, seperti kekhawatiran terhadap penyakit yang tidak sembuh-sembuh, menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita DM Tipe 2 terpengaruh secara negatif (Harsismanto dkk., 2021)

Penderita DM Tipe 2 tidak hanya menghadapi penurunan kualitas hidup, tetapi hampir setengah dari mereka juga mengalami masalah pada aliran darah ke jaringan perifer. Banyak penderita DM Tipe 2 dengan masalah perfusi perifer biasanya tidak menunjukkan gejala, dengan prevalensi berkisar antara 20-28% di

antara mereka (Ghirardini & Martini, 2024). Upaya untuk menghindari munculnya cedera pada kaki penderita DM Tipe 2 dapat dilakukan dengan mengurangi tanda-tanda neuropati serta mempertahankan aliran darah ke bagian perifer, khususnya bagi penderita yang mengalami perfusi perifer yang kurang efektif (Saprianto et al., 2022).

Berdasarkan Data World Health Organization (WHO), (2024) jumlah orang dewasa dengan DM di seluruh dunia telah melebihi 830 juta pada tahun 2022, dengan prevalensi naik dari 7% pada 1990 menjadi 14%. Negara berpendapatan rendah dan menengah, terutama di Asia Tenggara dan Mediterania Timur, mengalami peningkatan terbesar. Sekitar 450 juta orang dewasa berusia 30 tahun ke atas belum menjalani pengobatan DM. Proyeksi menunjukkan bahwa jika tren ini berlanjut, angka DM akan terus meningkat, dengan target WHO agar 80% orang dengan DM yang terdiagnosis mencapai kontrol glikemik yang baik pada 2030.

International Diabetes Federation (IDF), (2022), melaporkan bahwa Jumlah penderita DM global mencapai 463 juta orang dewasa dengan prevalensi 9,3%, yang mengkhawatirkan, 50,1% di antaranya tidak terdiagnosis. Diperkirakan jumlah penderita akan meningkat 45% menjadi 629 juta pada 2045, pada 2021, ada 537 juta orang dewasa dengan DM, yang menyebabkan 6,7 juta kematian setiap tahunnya. Tiongkok memiliki jumlah penderita terbanyak, 140,87 juta orang, dan Indonesia berada di posisi kelima dengan 19,47 juta penderita DM (prevalensi 10,6%). Sebagian besar penderita DM (81%) tinggal di negara berpendapatan rendah dan menengah, dengan 44% belum terdiagnosis.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia, Menunjukkan prevalensi DM di Indonesia mencapai 11,7% pada usia di atas 15 tahun, meningkat dari 10,9% pada 2018. DM mendominasi dengan kontribusi 50,2%, terutama pada usia 55-74 tahun. Indonesia berada di peringkat ketujuh dunia dengan 10,7 juta penderita DM dan tercatat sebanyak 877.531 penderita DM Tipe 2 (SKI, 2023). Prevalensi DM Tipe 2 di Sumatera Utara juga menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, mencapai 162.667 atau 1,39% dari total populasi masyarakat Provinsi Sumatera Utara (Dinkes Provsu, 2024). Prevelansi DM Tipe 2 di Kota Medan sebanyak 1,71 % dari jumlah penduduk atau sekitar 43.116 penderita (Tambunan, 2024).

Berdasarkan survey awal pada tanggal 6 februari 2025 didapatkan dari Puskesmas Sei Agul Kecamatan Medan Barat, Kota Medan tercatat sebanyak 810 penderita DM Tipe 2 yang berobat selama januari-desember 2024. Pada penderita DM Tipe 2 didapatkan data yang sembuh/terkontrol sebanyak 528 orang sedangkan yang komplikasi terdapat 247 orang.

Penyakit DM merupakan penyakit yang menghinggapienderitanya seumur hidup dan tidak bisa sembuh, tetapi dengan meningkatkan kualitas hidup dan pemeriksaan rutin gula darah, pengelolaan diri yang baik meliputi perubahan gaya hidup seperti aktivitas fisik secara teratur, mengembangkan kebiasaan makan yang sehat, menjaga berat badan normal, kepatuhan terhadap pengobatan, berhenti merokok, dan moderasi dalam konsumsi alkohol, penderita DM dapat hidup seperti layaknya orang yang normal tanpa penyakit DM (Mardiana, Murti, & T, 2024).

Pengobatan kadar glukosa dalam darah dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu pendekatan medis dan non-medis. Penggunaan obat antihiperglikemia oral (OHO) dan suntikan antihiperglikemia yaitu jenis terapi medis yang diberikan kepada individu dengan DM Tipe, tergantung pada tingkat keparahan kondisi yang dialami. Terapi medis ini umumnya dipadukan dengan metode non-medis seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pendidikan (Sutari, 2021).

Tindakan yang paling penting untuk mengatasi masalah sirkulasi pada orang dengan DM tipe 2 adalah perawatan sirkulasi. Langkah-langkah pencegahan dapat mencakup perawatan kaki, latihan kaki, pemijatan kaki, serta akupresur (Ni Luh Seri et al., 2023). Terdapat banyak jenis perawatan untuk DM Tipe 2 di Indonesia, salah satunya adalah dengan menggunakan terapi tambahan seperti akupresur. Akupresur dianggap dapat meningkatkan aliran darah dan memberikan efek relaksasi untuk memperbaiki kualitas hidup penderita DM Tipe 2 (Cho & Kim, 2021).

Akupresur merupakan metode pengobatan tradisional asal Cina yang telah ada sejak 5000 tahun yang lalu, dan juga dikenal luas di berbagai negara Asia seperti Cina, India, Jepang, serta Korea. Selain itu, praktik ini juga mulai dikenal di negara-negara Barat (Mood et al., 2021). Teknik akupresur merupakan

pendekatan yang tidak melibatkan prosedur invasif. Cara kerjanya mirip dengan Akupunktur, yaitu dengan merangsang 14 sistem meridian guna menyeimbangkan energi biologis dalam tubuh antara yin, yang, dan qi (chee) (D. M. P. Putri & Amalia, 2019).

Titik akupresur ST-36 (zusanli) dan SP-6 (sanyinjiao) merupakan lokasi yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan kadar glukosa dalam darah. Teknik akupresur dengan cara yang tidak melibatkan tindakan invasif. Penderita DM Tipe 2 merasa nyaman dengan akupresur karena tidak ada rasa takut akan jarum suntik. Akupresur adalah salah satu tipe pengobatan yang dapat diterapkan untuk mendukung penstabilan kadar gula darah pada penderita DM Tipe 2 (Jumari dkk., 2019).

Penelitian oleh Musmuliadin, Saro, & Muna (2023) menunjukkan bahwa terapi akupresur yang dilakukan secara teratur pada titik Suzanli ST36 dan telapak kaki selama tiga kali (hari ke-6, 12, dan 18) berhubungan dengan program prolans dan efektif dalam menurunkan kadar gula darah sewaktu. Terapi ini juga dapat menghambat progresi hiperlipidemia serta memperbaiki komplikasi neuropati pada penderita DM Tipe 2 yang menjalani pengobatan, diet, dan olahraga. Kesimpulannya, akupresur merupakan terapi non-farmakologis yang bermanfaat dalam mengurangi progresi diabetes melitus tipe 2.

Terapi alternatif oleh Ainiyah, Zahroh, & Kusumawati (2024) menunjukkan bahwa kombinasi hidroterapi kaki menggunakan rendaman air jahe hangat dan pijat kaki yang dilakukan sebanyak tiga kali dengan durasi 15–30 menit efektif menurunkan kadar glukosa darah pada penderita DM Tipe 2. Selain itu, edukasi dan demonstrasi intervensi kepada keluarga turut meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup penderita dalam perawatan jangka panjang.

Penelitian oleh Harefa, E. M., & Gulo, C. C. K. (2024) menunjukkan bahwa terapi akupresur 2x seminggu selama 3 minggu dapat menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2, dari kategori sedang (140–199 mg/dl) menjadi normal (80–139 mg/dl). Sebaliknya, pada kelompok yang tidak mendapat terapi, tidak terjadi penurunan kadar glukosa darah yang signifikan ($p = 0,001$ vs $p = 0,157$)

Terapi non farmakologi berupa pijat refleksi kaki yang dilakukan oleh Isnainy dkk. (2019) pada penderita DM Tipe 2 dengan masalah ketidakstabilan kadar gula darah terbukti efektif menurunkan kadar gula darah. Hasil evaluasi menunjukkan penurunan GDS dari 215 mg/dL pada hari pertama menjadi 189 mg/dL setelah terapi selama 3 hari, diselingi istirahat 4 hari dengan pengontrolan pola makan yang tetap dijaga.

Dari hasil wawancara peneliti dengan pasien DM Tipe 2 ditemui 11 orang penderita DM Tipe 2, dari 11 orang tersebut hanya 2 orang mengetahui teknik pijat Akupresur kaki untuk menurunkan kadar gula darah, 9 lainnya tidak melakukan teknik pijat akupresur dan tidak mengerti tentang teknik pijat akupresur. Dari 9 orang tersebut 4 orang penderita dm tipe 2 mengontrol kgd dengan beraktivitas seperti jalan pagi hari selama 30 menit, minum-minuman herbal, sedangkan 5 penderita lainnya dengan cara minum obat farmakologi dan beberapa melakukan senam diabetes untuk menurunkan kgd.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang Penerapan Pijat Akupresur Kaki Pada Penderita DM Tipe 2 Untuk Penurunan Kadar Gula Darah Dan Peningkatan Kualitas Hidup Dikeluarga Sei Agul Kecamatan Medan Barat Kota Medan Tahun 2025.

B. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum:

Untuk mengetahui adanya manfaat Penerapan Pijat Akupresur Kaki Pada Penderita DM Tipe 2 Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Dan Peningkatan Kualitas Hidup di Sei Agul Kecamatan Medan Barat Kota Medan.

2. Tujuan Khusus:

- a. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah dan peningkatan kualitas hidup penderita DM tipe 2 sebelum diberikan Pijat Akupresur Kaki
- b. Untuk mengidentifikasi kadar gula darah dan peningkatan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 sesudah diberikan Pijat Akupresur Kaki
- c. Untuk membandingkan kadar gula darah dan peningkatan kualitas hidup Penderita DM tipe 2 sebelum dan sesudah diberikan Pijat Akupresur Kaki

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada manfaat Penerapan Pijat Akupresur Kaki Pada Penderita DM Tipe 2 Untuk Penurunan Kadar Gula Darah Dan Peningkatan Kualitas Hidup Dikeluarga Sei Agul Kecamatan Medan Barat Kota Medan.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Keluarga

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan pada keluarga sebagai pengobatan alternatif non- farmakologi pada Penderita DM tipe 2 Untuk Penurunan Kadar Gula Darah dan Peningkatan Kualitas Hidup.

2. Bagi Tempat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan dapat memberitahukan dan mengajarkan kepada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Sei Agul untuk mengontrol kadar gula darah dan meningkatkan kualitas hidup dengan melakukan Pijat Akupresur kaki selain pengobatan farmakologi yang lebih aman dan ekonomis.

3. Bagi Instituti Keperawatan

Sebagai *evidence based* untuk materi pembelajaran dalam mengembangkan Pengetahuan bagi pembaca tentang teori non-farmakologis yang dapat dilakukan terhadap penderita DM Tipe 2 untuk mengontrol kadar gula darah dengan cara Penerapan Pijat Akupresur.

