

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam dunia modern di abad ke 21 ini, banyak kemajuan yang telah dicapai, baik pada bidang kedokteran, teknologi, sosial, budaya maupun ekonomi. Kemajuan-kemajuan yang telah dicapai tersebut menyebabkan terjadinya perubahan pada taraf hidup dan kualitas hidup masyarakat. Perubahan taraf hidup dan kualitas hidup berdampak pada perubahan pola penyakit di masyarakat yang mengarah ke penyakit tidak menular seperti penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup atau perilaku modern (Tjahjadi, 2010). Salah satu masalah kesehatan yang mendapat perhatian sekarang ini adalah penderita diabetes melitus yang mengalami stroke.

Persentase stroke yang dialami oleh pasien diabetes melitus berkisar antara 5-30% (Siregar, 2002). Yayasan Stroke Indonesia (Yastroki) mengemukakan bahwa adanya kecenderungan meningkatnya jumlah penyandang stroke di Indonesia dalam dasawarsa terakhir. Angka kejadian stroke dunia diperkirakan 200 per 100.000 penduduk per setahun. Bila ditinjau dari segi usia terjadi perubahan di mana stroke bukan hanya menyerang usia tua tapi juga menyerang usia muda yang produktif. Kecacatan yang ditimbulkan oleh stroke adalah permanen. Oleh karena itu, mereka dapat melaksanakan pola gaya hidup sehat agar terhindar dari penyakit stroke. Selain itu, penanganan yang tepat dan cepat pada pasien stroke, dapat memperbesar kesembuhan pasien. Menurut Sutrisno (2007), penderita stroke yang meninggal dunia diperkirakan 125.000 jiwa per tahun.

Cerebrovascular Accident (CVA) atau yang sering dikenal dengan stroke merupakan penyebab utama gangguan aktivitas fungsional pada orang dewasa akibat adanya kerusakan atau gangguan sistem saraf pusat. Pada penderita diabetes melitus, kadar gula dalam darah mengalami peningkatan. Hal ini dapat mengakibatkan kerusakan endotel pembuluh darah yang berlangsung secara progresif. Pembuluh darah yang rusak menyebabkan lemak tertempel di pembuluh darah. Makin lama lemak yang tertimbun makin besar dan membentuk gumpalan. Gumpalan akan mempersempit arteri. Sirkulasi darah dalam tubuh terus berjalan. Akibatnya beberapa gumpalan akan ikut bersirkulasi dan menyumbat pembuluh darah kecil. Penyumbatan pada arteri akan mengakibatkan terganggu suplai oksigen dan nutrisi pada otak. Perubahan aterosklerotik dalam pembuluh darah serebral dan/atau pembentukan emboli dalam sistem pembuluh darah yang kemudian terbawa aliran darah sehingga terjepit dalam pembuluh darah serebral dapat menimbulkan serangan stroke. Apabila terjadi penyumbatan atau penyempitan pembuluh darah di otak, akan terjadi stroke iskemik (Brunner & Suddart, 2002).

Kegagalan pasien atau anggota keluarganya untuk melakukan suatu tindakan yang cepat merupakan salah satu kegagalan dalam penanganan stroke. Gangguan aliran darah ke otak akan mengakibatkan terjadi kerusakan dalam otak. Oksigen yang terputus selama 8-10 detik akan menyebabkan gangguan fungsi otak. Kerusakan sel-sel otak yang *irreversible* dapat terjadi apabila terputusnya aliran oksigen ke otak dalam 6-8 menit (Wiwit s., 2010). Penanganan yang cepat pada pasien stroke dapat mencegah terjadi kerusakan otak yang permanen. Dampak dari stroke seperti gangguan koordinasi, gangguan keseimbangan, gangguan kontrol postur, gangguan sensasi, dan gangguan refleks gerak akan menurunkan

kemampuan aktivitas fungsional individu sehari-hari (Irfan, 2010). Menurut Yayasan Stroke Indonesia (Yastroki), terdapat kecenderungan meningkatnya jumlah penyandang stroke di Indonesia dalam dasawarsa terakhir.

Solusi untuk mencegah terjadinya stroke pada penderita diabetes melitus tipe 2 adalah dengan menghindari faktor resiko yang dapat memicu terjadinya stroke dan mencegah kerusakan yang permanen pada otak. Salah satunya adalah dengan tindakan pencegahan stroke penderita diabetes melitus. Serangan *stroke* dapat terjadi tiba-tiba, umumnya karena pasien tidak mengetahui gejala terjadinya serangan stroke dan tidak melakukan upaya yang tepat untuk mengurangi stroke. Upaya untuk mengurangi stroke dapat dilakukan dengan olahraga secara teratur, diet yang benar aktivitas fisik yang menyehatkan, obat oral anti diabetes, dan terapi insulin dapat mempertahankan kadar gula dalam batas normal sehingga mengurangi terjadinya serangan stroke (Lumbantobing, 2007, Brunner & Suddart, 2002). Sebagai seorang calon perawat, peneliti ingin melakukan penelitian tentang upaya-upaya yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus tipe 2 dalam mencegah stroke iskemik.

1.2. Rumusan Masalah

Upaya apa yang dilakukan penderita diabetes melitus tipe 2 dalam mencegah stroke iskemik?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui upaya-upaya penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah stroke iskemik di Paguyuban Diabetes Melitus St. Vincentius A Paulo Surabaya.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi olahraga yang teratur pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
2. Mengidentifikasi pengaturan diet yang benar penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
3. Mengidentifikasi mengontrol kadar gula darah yang teratur pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
4. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
5. Mengidentifikasi pengobatan secara teratur terhadap penyakit kronis seperti hipertensi, hiperkolesterolemia, dan aritmia pada penderita diabetes melitus dalam dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
6. Mengidentifikasi menghindari dan atau berhenti merokok pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
7. Mengidentifikasi menghindari dan atau berhenti mengkonsumsi alkohol pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
8. Mengidentifikasi obat oral antidiabetes pada penderita diabetes melitus dalam upaya mencegah terjadinya stroke iskemik.
9. Mengidentifikasi menghindari mengkonsumsi zat-zat seperti kokain dan amfetamin.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai informasi mengenai upaya-upaya penderita diabetes tipe 2 dalam mencegah stroke iskemik pada penderita diabetes melitus tipe 2.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Masukan bagi perawat dalam perawatan pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2.
2. Membangkitkan pemahaman pasien diabetes mellitus tipe 2 mengenai upaya pencegahan stroke iskemik.