BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetic neuropati merupakan suatu kondisi yang beragam, mencakup masalah pada saraf sensorimotor perifer dan saraf otonom. Meskipun diabetik neuropatik bisa tanpa gejala, ia juga bisa disertai nyeri. Istilah untuk kondisi ini yang disertai rasa nyeri adalah nyeri diabetik 1 neuropatik. Gejala dari nyeri ini bervariasi, termasuk rasa terbakar secara berkala atau terus-menerus, tertusuk, kesemutan, mati rasa, serta sensasi panas atau dingin. Gejala ini biasanya berkembang dari bagian distal ke bagian proksimal, dengan awalnya muncul dari kaki. Diabetik neuropatik merupakan diagnosis yang diambil setelah mengecualikan kemungkinan penyebab lainnya untuk neuropati. Beberapa penyebab umum yang harus dipertimbangkan dan dikesampingkan sebelum diagnosis DN ditetapkan, antara lain alkohol, kekurangan vitamin B12, kemoterapi yang merusak saraf, hipotiroidisme, penyakit ginjal, kanker, infeksi seperti HIV, neuropati inflamasi demyelinating kronis, neuropati genetik, dan vasculitis (Lewis, et al., 2020; Frykberg, 2022).

Neuropati diabetik menjadi masalah penting karena dapat menimbulkan gangguan pada berbagai sistem tubuh, seperti hilangnya fungsi otonom sistem saraf yang dapat mempengaruhi jantung, sistem pencernaan, dan sistem genitourinaria, serta mengurangi sensitivitas taktil propriosepsi yang mengakibatkan gangguan keseimbangan. Selain itu, kondisi ini berkontribusi pada morbiditas, angka kematian, dan penurunan kualitas hidup bagi para pasien yang mengalaminya (Setyoningrum, U., & Setyani, D,2024).

Secara global, prevalensi neuropati diabetik pada lansia berkisar 30–50%, dengan studi di Ekuador melaporkan angka lebih dari 50% (Tao et al., 2025). Di Indonesia, meta-analisis nasional terhadap 2.808 pasien diabetes tipe 2 menemukan prevalensi neuropati diabetik sebesar 76,65%, menjadikannya komplikasi dominan pada lansia dengan diabetes (Susanti et al., 2025). Secara lokal, penelitian di Ngawi menegaskan adanya hubungan signifikan antara durasi diabetes dengan kejadian neuropati diabetik, dengan rata-rata lama DM 6,46 tahun pada pasien yang mengalami neuropati (Qona'ah et al., 2025).

Ketidakseimbangan pada otot-otot yang berperan dalam kontrol postur akan mengakibatkan gangguan dalam gerakan dan pada akhirnya mempengaruhi resiko jatuh. Untuk mengatasi masalah ini, Latihan keseimbangan mulai dengan memfasilitasi masukan sensorik (berkaitan dengan struktur propioseptif dan sensomotori), kemudian mengatasi ketidakseimbangan pada otot, dan terakhir mendukung pemograman motorik yang tepat. (Qin et al., 2021)

Program latihan otago adalah sebuah inisiatif yang dirancang khusus untuk orang tua sebagai langkah untuk mencegah terjadinya jatuh, yang mencakup kombinasi yang dilakukan dengan cara yang teratur dan berkembang sesuai dengan kemampuan setiap individu. Program ini fokus pada peningkatan aspek fisik yang berkaitan erat dengan kemampuan jatuh pada lansia. (Albornos-Munoz, F et.al., 2024)

Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin membuat tugas akhir dengan video sebagai media KIE dengan judul **"Penerapan Latihan *Otago Exercise* Untuk Peningkatan Keseimbangan Pada Lansia Dengan *Neuropati Diabetic*".** Penulis berharap bahwa pembuatan media video ini akan meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang kesehatan bagi lansia, pendamping dan fisioterapis, guna meningkatkan pengetahuan dan laihan. Selain itu media video ini juga dapat menjadi acuan bagi mahasiswa fisioterapi untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang berkontribusi pada masyarakat.