

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Pengetahuan

2.1.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hal yang diketahui orang atau responden berkenaan dengan suatu objek melalui panca indra yang dimiliki. Pengetahuan yang dimiliki setiap individu berbeda beda karena setiap penginderaan orang mengenai suatu objek berbeda (Notoatmodjo, 2018).

Pengetahuan adalah hasil tahu seseorang atau penginderaan manusia terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga dan sebagainya), pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan adalah berbagai macam hal yang diperoleh oleh seseorang melalui panca indera (Notoatmodjo, 2017).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan memiliki enam tingkatan, yaitu :

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Jadi tingkat

pengetahuan ini paling rendah karena hanya sebatas mengingat Kembali pelajaran yang telah didapatkan sebelumnya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Pada tahap ini pengetahuan yang dimiliki bukan hanya memahami dan menyebutkan suatu objek tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang di ketahui.

3. Aplikasi (*application*)

Objek yang telah dipahami sebelumnya dapat diterapkan dan di aplikasikan pada prinsip yang sebenarnya atau yang diketahui pada situasi lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Kemampuan seseorang untuk mengelompokan, menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu objek.

5. Sintesis (*synthesis*)

Suatu kemampuan seseorang dalam melakukan perencanaan dan Menyusun Kembali komponen pengetahuan kedalam suatu pola baru yang komprehensif.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu.

2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) disebutkan cara memperoleh pengetahuan adalah sebagai berikut :

1. Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan

a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini telah pakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka dicoba kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan.

b. Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin- pimpinan masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintah, dan berbagai prinsip orang lain yang menerima mempunyai yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri.

c. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2. Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh

Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobolod Van Daven. Akhirnya lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini dikenal dengan penelitian ilmiah.

2.1.4 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Dalam buku A. Wawan dan Dewi M (2018) disebutkan bahwa factor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut :

1. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang Kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

Pendidikan dapat mempengaruhi seseoranga termasuk juga perilaku seseoranga untuk sikap berperan serta dalam pembangunan. Pada umumnya makin tinggi Pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Notoatmodjo, 2018)

2) Pekerjaan

Menurut Nursalam (2015), Pekerjaan adalah keburukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan, berulang dan banyak tantangan. Sedangkan bekerja umumnya merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

3) Umur

Usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin bertambahnya usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman jiwa (Huclok, 2014).

2. Faktor Eksternal

1) Faktor Lingkungan

Menurut Nursalam (2016), Lingkungan adalah seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruh yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi sikap dalam menerima informasi.

2.1.5 Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya. Adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi dua jenis yaitu :

1. Pertanyaan subjektif

Penggunaan pertanyaan subjektif dengan jenis pertanyaan essay digunakan dengan penelitian yang melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap penilai dari waktu ke waktu.

2. Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda (multiple choice), betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat dinilai secara pasti oleh penilai.

2.1.6 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto dalam buku A. Wawan dan Dewi M (2018) pengetahuan seseorang dapat dikategorikan menjadi tiga, yaitu :

1. Baik : hasil persentase 76% - 100%

2. Cukup : hasil persentase 56% - 75%
3. Kurang : hasil persentase <56%

2.2 Komplikasi Diabetes Mellitus

2.2.1 Definisi Diabetes Mellitus

Diabetes Mellitus adalah suatu penyakit kronis dimana pankreas tidak dapat menghasilkan insulin (hormone yang mengatur gula darah) dan tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkannya secara efektif (WHO, 2016 dalam Infodatin 2018).

Diabetes mellitus adalah suatu penyakit metabolik yang ditandai dengan adanya hiperglikemia yang terjadi karena pankreas tidak mampu mensekresi insulin, gangguan kerja insulin, ataupun keduanya. Dapat terjadi kerusakan jangka Panjang dan akan terjadi kegagalan pada berbagai organ seperti mata, ginjal, saraf, jantung, serta pembuluh darah apabila dalam keadaan hiperglikemia kronis (*American Diabetes Association, 2020*).

Diabetes Melitus atau sering disebut dengan kencing manis adalah suatu penyakit kronik yang terjadi ketika tubuh tidak dapat memproduksi cukup insulin atau tidak dapat menggunakan insulin (resistensi insulin), dan di diagnosa melalui pengamatan kadar glukosa di dalam darah. Insulin merupakan hormon yang dihasilkan oleh kelenjar pankreas yang berperan dalam memasukkan glukosa dari aliran darah ke sel-sel tubuh untuk digunakan sebagai sumber energi (IDF, 2019)

2.2.2 Macam – Macam Diabetes Mellitus

Menurut *American Diabetes Association* (ADA) tahun 2013, macam-macam Diabetes Mellitus yaitu :

1. Diabetes Melitus Tipe I

DM tipe 1 merupakan proses autoimun atau idiopatik dapat menyerang orang semua golongan umur, namun lebih sering terjadi pada anak-anak. Penderita DM tipe 1 membutuhkan suntikan insulin setiap hari untuk mengontrol glukosa darahnya (IDF, 2019).

DM tipe ini sering disebut juga Insulin Dependent Diabetes Mellitus (IDDM), yang berhubungan dengan antibody berupa Islet Cell Antibodies (ICA), Insulin Autoantibodies (IAA), dan Glutamic Acid Decarboxylase Antibodies (GADA). 90% anak-anak penderita IDDM mempunyai jenis antibodi ini (Bustan, 2007).

2. Diabetes Melitus Tipe II

DM tipe 2 atau yang sering disebut dengan Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus (NIDDM) adalah jenis DM yang paling sering terjadi, mencakup sekitar 85% pasien DM. Keadaan ini ditandai oleh resistensi insulin disertai defisiensi insulin relatif. DM tipe ini lebih sering terjadi pada usia diatas 40 tahun, tetapi dapat pula terjadi 11 pada orang dewasa muda dan anak-anak (Greenstein dan Wood, 2014).

3. Diabetes Melitus Gestational

Diabetes yang didiagnosis pada trimester kedua atau ketiga kehamilan dan tidak mempunyai riwayat diabetes sebelum kehamilan (ADA, 2020).

4. Diabetes Melitus Tipe Lain

Contoh dari DM tipe lain (ADA, 2020), yaitu :

- a) Sindrom diabetes monogenik (diabetes neonatal)
- b) Penyakit pada pankreas
- c) Diabetes yang diinduksi bahan kimia (penggunaan glukokortikoid pada HIV/AIDS atau setelah transplantasi organ).

2.2.3 Penyebab Diabetes Mellitus

Menurut Tandra (2017), umumnya diabetes melitus disebabkan oleh rusaknya sebagian kecil atau sebagian besar dari sel-sel betha dari pulau-pulau Langerhans pada pankreas yang berfungsi menghasilkan insulin, akibatnya terjadi kekurangan insulin.

Diabetes mellitus atau lebih dikenal dengan istilah penyakit kencing manis mempunyai beberapa faktor pemicu penyakit tersebut, antara lain :

1. Pola Makan

Makan secara berlebihan dan melebihi jumlah kadar kalori yang dibutuhkan oleh tubuh dapat memacu timbulnya diabetes melitus. Konsumsi makan yang berlebihan dan tidak diimbangi

dengan sekresi insulin dalam jumlah yang memadai dapat menyebabkan kadar gula dalam darah meningkat dan pastinya akan menyebabkan diabetes melitus.

2. Obesitas (kegemukan)

Orang gemuk dengan berat badan lebih dari 90 kg cenderung memiliki peluang lebih besar untuk terkena penyakit diabetes melitus. Sembilan dari sepuluh orang gemuk berpotensi untuk terserang diabetes melitus.

3. Faktor genetik

Diabetes melitus dapat diwariskan dari orang tua kepada anak. Gen penyebab diabetes melitus akan dibawa oleh anak jika orang tuanya menderita diabetes melitus. Pewarisan gen ini dapat sampai ke cucunya bahkan cicit walaupun risikonya sangat kecil.

4. Bahan-bahan kimia dan obat-obatan

Bahan-bahan kimia dapat mengiritasi pankreas yang menyebabkan radang pankreas, radang pada pankreas akan mengakibatkan fungsi pankreas menurun sehingga tidak ada sekresi hormon-hormon untuk proses metabolisme tubuh termasuk insulin. Segala jenis residu obat yang terakumulasi dalam waktu yang lama dapat mengiritasi pankreas.

5. Penyakit dan infeksi pada pankreas

Infeksi mikroorganisme dan virus pada pankreas juga dapat menyebabkan radang pankreas yang otomatis akan

menyebabkan fungsi pankreas turun sehingga tidak ada sekresi hormon-hormon untuk proses metabolisme tubuh termasuk insulin. Penyakit seperti kolesterol tinggi dan dislipidemia dapat meningkatkan risiko terkena diabetes mellitus.

6. Pola hidup

Pola hidup juga sangat mempengaruhi faktor penyebab diabetes melitus. Jika orang malas berolah raga memiliki risiko lebih tinggi untuk terkena penyakit diabetes melitus karena olah raga berfungsi untuk membakar kalori yang berlebihan di dalam tubuh.

7. Kadar kortikosteroid yang tinggi

8. Kehamilan diabetes gestasional akan hilang setelah melahirkan.

9. Obat-obatan yang dapat merusak pankreas.

10. Racun yang mempengaruhi pembentukan atau efek dari insulin

Faktor-faktor di atas adalah sebagian contoh dari penyebab diabetes melitus, sebenarnya masih banyak sekali faktor-faktor pemicu diabetes melitus. Dengan menerapkan pola makan dan pola hidup yang sehat merupakan pencegahan awal penyakit diabetes melitus. Mulailah pola makan dan pola hidup sehat sekarang (Hasdianah, 2012).

2.2.4 Komplikasi Diabetes Mellitus

1. Definisi Komplikasi Diabetes Mellitus

Komplikasi adalah keadaan dimana seseorang menderita penyakit atau kondisi lain yang diakibatkan oleh penyakit yang sedang dideritanya. Menurut Kurniawan (2020) komplikasi adalah sebuah perubahan yang tidak diinginkan dari sebuah penyakit, kondisi kesehatan atau terapi. Penyakit dapat menjadi memburuk atau menunjukkan jumlah gejala yang lebih besar atau perubahan patologi yang menyebar keseluruh tubuh atau berdampak pada sistem organ.

Komplikasi diabetes melitus adalah komplikasi yang dialami oleh penyandang penyakit diabetes melitus dimana ketika terlalu banyak gula menetap dalam aliran darah untuk waktu yang lama, hal itu dapat mempengaruhi pembuluh darah, saraf, mata, ginjal dan sistem kardiovaskular (Kemenkes, 2019).

Tingkat keparahan penyakit diabetes melitus yang menyerang penyandang diabetes melitus dapat dilihat pada setiap komplikasi yang ditimbulkannya. Lebih rumit apabila penyakit diabetes menyerang satu alat saja tetapi berbagai komplikasi dapat dirasakan bersamaan seperti jantung diabetes, saraf diabetes dan kaki diabetes (Wirnasari, 2019).

2. Komplikasi Akut (Jangka Pendek) Diabetes Melitus

Komplikasi akut merupakan komplikasi diabetes yang terjadi dalam jangka pendek, atau bersifat mendadak. Menurut PERKENI (2015), komplikasi akut DM terdiri dari krisis ketoasidosis diabetik, hipoglikemia dan hiperglikemia.

a) Ketoasidosis diabetik

Ketoasidosis diabetik adalah suatu kondisi serius yang dapat menyebabkan koma diabetes (pingsan untuk waktu yang lama) atau bahkan kematian. Ketika sel-sel kita tidak mendapatkan glukosa yang mereka butuhkan untuk energi, tubuh kita mulai membakar lemak untuk energi, yang menghasilkan keton. Keton adalah bahan kimia yang tubuh menciptakan ketika itu rusak lemak digunakan untuk energi. Tubuh melakukan hal ini ketika tidak memiliki cukup insulin untuk menggunakan glukosa, sumber normal tubuh energi.

Gejala-gejala ketoasidosis ditunjukkan dengan beberapa hal, yaitu mulut kering, rasa haus, intensitas buang air kecil jadi lebih sering (poliuria), mual, muntah, dan terkadang nyeri perut. Selain gejala-gejala tersebut, ada pula gejala lanjutan seperti kesulitan bernapas, dehidrasi, rasa mengantuk, dan yang terparah adalah keadaan koma. Saat seseorang mengalami ketoasidosis maka perlu segera dibawa ke rumah sakit untuk mendapatkan penanganan medis cepat.

Penanganan ketoasidosis biasanya dilakukan dengan pemberian injeksi insulin dan mengganti cairan tubuh yang hilang dan kadar ion kalium pada darah yang turut berkurang akibat seringnya buang air kecil (poliuria).

b) Hipoglikemia

Hipoglikemia yaitu suatu kondisi yang ditandai dengan kadar glukosa darah sangat rendah, biasanya kurang dari 70 mg/dl. Kondisi ini dapat mengakibatkan terjadinya koma (hilang kesadaran) hingga kerusakan otak. Pada umumnya, orang yang memiliki penyakit diabetes berisiko mengalami serangan hipoglikemia. Namun, orang yang tidak menderita diabetes pun bisa juga terserang hipoglikemia. Secara umum, penyebab hipoglikemia dapat dibagi menjadi dua, yaitu hipoglikemia yang berkaitan dengan obat dan hipoglikemia yang tidak berkaitan dengan obat. Hipoglikemia yang berkaitan dengan obat adalah hipoglikemia yang timbul karena penggunaan obat-obatan.

Ini umumnya terjadi pada penderita diabetes yang mengonsumsi obat penurun kadar gula darah. Sementara itu, hipoglikemia yang tidak berkaitan dengan obat bisa disebabkan karena berpuasa, aktivitas fisik berlebihan, dan dampak dari asupan makanan dan minuman. Kekurangan asupan karbohidrat juga bisa menjadi penyebab

hipoglikemia. Hipoglikemia berat berpotensi menyebabkan kecelakaan, cedera, koma, dan kematian.

c) Hiperglikemia

Hiperglikemia adalah keadaan dimana kadar gula darah melonjak atau berlebihan, yang akhirnya akan menjadi penyakit yang disebut Diabetes Melitus (DM) yaitu suatu kelainan yang terjadi akibat tubuh kekurangan hormone insulin, akibatnya glukosa tetap beredar di dalam aliran darah dan sukar menembus dinding sel. Keadaan ini biasanya disebabkan oleh stress, infeksi, dan konsumsi obat-obatan tertentu. Hiperglikemia ditandai dengan poliuria, polidipsi, dan poliphagia, serta kelelahan yang parah dan pandangan yang kabur.

Hiperglikemia adalah kondisi yang disebabkan kadar gula darah puncak terukur sebesar 600 mg/dL. Ketika gula darah mencapai level ini, darah menjadi kental dan manis. Kelebihan gula lantas dibuang ke dalam air seni yang memicu pembuangan jumlah besar cairan dari tubuh. Jika tidak ditangani, Hiperglikemia dapat menyebabkan dehidrasi dan menyebabkan koma.

3. Komplikasi Kronis (Jangka Panjang) Diabetes Mellitus

Komplikasi kronis bisa memakan waktu berbulan-bulan hingga tahunan untuk terlihat efeknya, komplikasi kronis akan

berakibat fatal karena bisa mengakibatkan disabilitas kepada penderita.

Menurut Mangiwa (2017) komplikasi kronis yaitu perubahan pada sistem kardiovaskular, perubahan pada sistem saraf perifer dan peningkatan kerentanan terhadap infeksi. Komplikasi kronis pada diabetes melitus meliputi :

a. Penyakit jantung koroner

Komplikasi diabetes pada pembuluh darah jantung sangat membahayakan, mengingat penyakit ini merupakan penyakit serius yang dapat mengakibatkan kematian. Jantung berperan dalam mengedarkan darah ke seluruh organ tubuh. Apabila darah semakin mengental akibat tingginya kadar gula dalam darah, maka dapat menyebabkan jantung harus bekerja ekstra keras untuk memompa darah. Akibatnya pada pasien diabetes melitus, muncul gejala jantung berdebar-debar dan perasaan mudah lelah meskipun tidak melakukan aktivitas yang berat. Kondisi ini diperparah jika penderita diabetes mempunyai timbunan lemak pada jantung. Selain menyebabkan gangguan pada jantung juga dapat menyebabkan penyakit hipertensi.

b. Komplikasi Mata (Retinopati Diabetik)

Retinopati diabetik merupakan penyebab utama kebutaan pada penderita diabetes di seluruh dunia. Kerusakan retina yang sudah berat akan membuat penderita

buta permanen. Retinopati terjadi karena adanya kerusakan pada pembuluh darah retina atau lapisan saraf mata. Kerusakan ini menyebabkan kebocoran dan terjadinya penumpukan cairan yang mengandung lemak serta pendarahan pada retina. Risiko terjadinya retinopati pada penderita diabetik dipengaruhi oleh lamanya penyakit diabetes terjadi. Semakin lama seseorang mengidap diabetes maka semakin besar kemungkinan terjadinya kondisi retinopati diabetik. Mengingat besarnya bahaya retinopati ini, maka bagi penderita diabetes dianjurkan untuk selalu memeriksakan mata secara berkala ke rumah sakit.

c. Gangguan Ginjal (Nefropati Diabetik)

Gangguan ginjal atau nefropati akibat diabetes terjadi ketika penumpukan gula dalam pembuluh darah merusak elemen penyaring dalam ginjal yang disebut nefron. Akibat rusaknya sistem penyaringan ini maka akan terjadi kebocoran pada ginjal. Kebocoran ini ditandai dengan keluarnya albumin bersama urine. Apabila gangguan pada ginjal ini tidak segera diobati, maka dapat menimbulkan gagal ginjal. Jika sudah begini, penderita harus melakukan cuci darah dan cangkok ginjal agar dapat bertahan hidup. Kerusakan pada ginjal dapat dicegah jika sejak dini sudah dideteksi melalui pemeriksaan darah dan air seni. Ironisnya, mayoritas penderita tidak mengetahui jika telah menderita

gangguan pada ginjal. Untuk itu deteksi dini dari ketidak beresan ginjal menjadi sangat penting dan memungkinkan pengobatan yang sesuai sebelum terjadi kerusakan ginjal atau terjadi manifestasi penyakit yang lebih parah karena komplikasi yang lain.

d. Gangguan Saraf (Neuropati Diabetik)

Gangguan saraf terjadi karena tumpukan gula darah merusak sel-sel saraf. Gangguan ini bila tidak segera diobati maka dapat menyebabkan kelumpuhan pada beberapa bagian organ tubuh. Adapun sel-sel saraf yang dapat rusak akibat diabetes adalah sel saraf sensoris, motoris, dan otonom. Gangguan pada saraf sensoris menyebabkan terjadinya hilang rasa, kesemutan, nyeri, atau kelemahan di kaki dan tangan. Gangguan pada saraf motoris menyebabkan pengecilan (atrofi) otot, dan gangguan pada saraf otonom menyebabkan perubahan pola keringat sehingga penderita tidak dapat berkeringat, kulit menjadi kering, mudah timbul pecah-pecah, dan mudah terkena infeksi.

e. Komplikasi Kaki (Foot Complications)

Kaki diabetik merupakan komplikasi diabetes yang paling sering terjadi sekaligus memiliki dampak yang fatal, pada kejadian parah harus dilakukan amputasi (pemotongan). Komplikasi kaki diabetik terjadi karena

adanya gangguan pada sistem saraf (neuropati), pembuluh darah, dan terjadinya infeksi. Gangguan pada sistem saraf menyebabkan rasa kebal di kaki (hilang rasa), sehingga seorang penderita sering tidak sadar adanya luka. Gangguan pembuluh darah menyebabkan terganggunya proses penyembuhan luka.

Dan terakhir, adanya kerentanan penderita diabetes terhadap terjadinya infeksi di daerah luka. Keseluruhan kondisi yang terjadi ini mengakibatkan borok (gangren) pada kaki. Keadaan kaki diabetik yang parah atau yang tidak ditangani secara tepat dapat berkembang menjadi suatu tindakan pemotongan (amputasi) kaki. Masalah kaki yang paling sering terjadi ketika ada kerusakan saraf, juga disebut neuropati. Hal ini dapat menyebabkan kesemutan, nyeri (pembakaran atau menyengat), atau kelemahan di kaki. Hal ini juga dapat menyebabkan hilangnya rasa di kaki, sehingga Anda bisa melukai dan tidak tahu itu.

f. Komplikasi kulit

Diabetes dapat mempengaruhi setiap bagian dari tubuh, termasuk kulit. Bahkan, masalah tersebut kadang-kadang tanda pertama bahwa seseorang memiliki diabetes. Untungnya, kondisi kulit yang paling dapat dicegah atau mudah diobati jika tertangkap awal. Beberapa masalah ini adalah kulit kondisi orang dapat memiliki, tapi orang-orang

dengan diabetes mendapatkan lebih mudah. Ini termasuk infeksi bakteri, infeksi jamur, gatal-gatal, dan menyebabkan kondisi pada kulit berwarna kecoklatan atau merah. Masalah kulit lainnya terjadi sebagian besar atau hanya untuk orang-orang dengan diabetes.

g. Kesehatan Jiwa (Mental Health)

Diabetes melitus dapat menyebabkan emosi alami seperti stres, sedih, marah dan penolakan sebelum mereka menyebabkan depresi. Penyangkalan, Denial adalah suara yang dalam mengulangi "Bukan aku" Kebanyakan orang pergi melalui ini ketika pertama kali didiagnosis. Depresi Studi menunjukkan bahwa orang dengan diabetes memiliki risiko lebih besar depresi dibandingkan orang tanpa diabetes.

4. Pencegahan Komplikasi Diabetes Mellitus

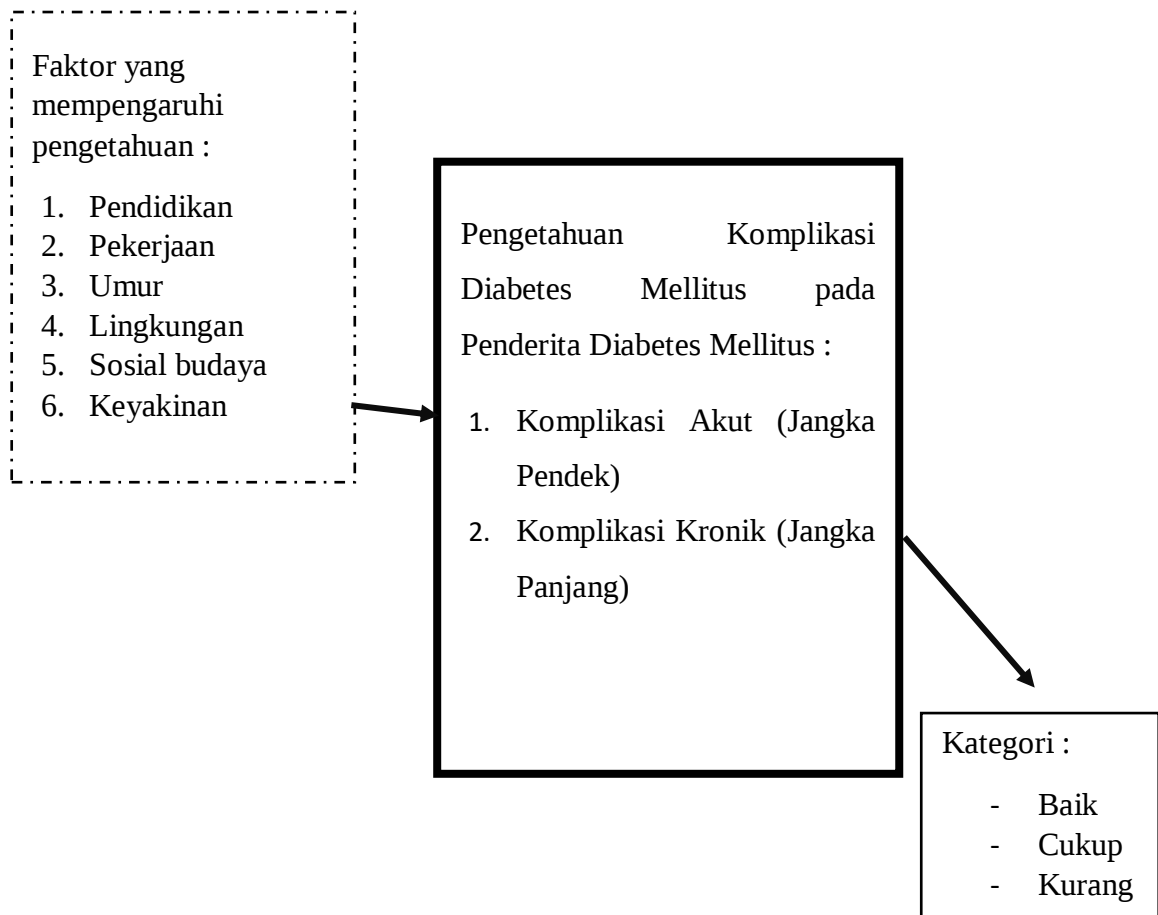
Menurut Kemenkes RI (2019) komplikasi diabetes melitus dapat berkembang secara berkala, setelah 10-15 tahun dari waktu terdiagnosis, prevalensi diabetes melitus meningkat tajam, hal itu dapat menjadi fokus untuk dilakukan edukasi mengenai pencegahan komplikasi pada penderita diabetes melitus.

Komplikasi diabetes melitus menurut Kemenkes RI (2021) dapat dicegah dengan melakukan hal-hal penting sebagai berikut:

- a. Minum obat secara teratur sesuai anjuran dokter atau petugas kesehatan.
- b. Menjaga kadar gula darah dengan melakukan tes rutin pengecekan kadar gula darah.
- c. Makan sehat dan memperbanyak konsumsi sayur dan buah, mengurangi lemak, gula dan makanan asin.
- d. Beraktivitas fisik secara teratur dengan melakukan olahraga seperti senam diabetes secara rutin.
- e. Waspada infeksi kulit dan gangguan kulit.
- f. Periksa mata secara teratur.
- g. Waspada jika ada kesemutan, rasa terbakar, hilangnya sensasi dan luka pada bagian bawah kaki.

2.3 Kerangka Konseptual

Bagan 2. 1 Kerangka Konseptual



(Notoatmodjo, 2018; Arikunto dalam buku A. Wawan dan Dewi M, 2018)