

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dengan 19,5 juta penderita di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045. Diabetes itu adalah *mother of all diseases*. Kalau tidak terkontrol, dia bisa terkena penyakit jantung, stroke, ginjal yang akan lebih berat lagi masalahnya, akan lebih berat lagi biayanya (Rokom, 2024). Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk meneliti terkait Diabetes melitus, dikarenakan DM akan terus meningkat dan harus mempunyai *self care* yang baik.

Masalah kesehatan masyarakat yang paling serius dihadapi dunia salah satunya adalah penyakit Diabetes Melitus. Diabetes Melitus tidak hanya menyebabkan kematian prematur di seluruh dunia, penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal (Azhari & Septimar, 2022). Diabetes Melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau kedua-duanya. Penyakit DM sering dikenal sebagai penyakit silent killer yang berarti penyakit ini membunuh penderitanya secara diam-diam. Sering kali penderita DM tidak mengetahui kalau memiliki penyakit DM, dan komplikasi sudah terjadi ketika penderita baru menyadari dirinya memiliki penyakit DM tersebut (Decroli, 2019). Organisasi International Diabetes Federation (IDF) melaporkan pada tahun 2019 diperkirakan 439 juta orang menderita diabetes dan akan

mencapai 578 juta orang pada tahun 2030 ,dan 700 juta orang pada tahun 2045 (Atlas, 2019)

Menurut WHO, (2022), sekitar 422 juta orang di dunia menderita diabetes melitus. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh World Helath Organization (WHO), diabetes akan menjadi salah satu dari 10 besar penyebab kematian di seluruh dunia pada tahun 2022. International Diabetes Federation, (2019) menyatakan Indonesia berada di list ketujuh dunia sesudah China, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, serta Meksiko, terdapat sekitar 10,7 juta pasien diabetes antara usia 20 dan 79 tahun. Kementerian Kesehatan RI., (2020) melaporkan bahwa Indonesia ada pada urutan ke 7 atas 10 negara dengan total 10,7 juta penderita diabetes mellitus, dan juga sebanyak 1,5 juta orang meninggal akibat Diabetes Mellitus. Pada tahun 2015, terdapat sekitar 39,5 juta kasus diabetes dengan 56,4 juta kematian di seluruh dunia. Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dengan 19,5 juta penderita di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045. Hasil Survei Kesehatan Masyarakat 2019, Prevalensi Diabetes Mellitus pada penduduk usia di atas 15 tahun meningkat dari 6,9% menjadi 10,9% hasil survei kesehatan masyarakat 2018, Prevalensi Diabetes di penduduk atas dasar diagnosis medis Indonesia, umur ≥ 15 tahun ialah 2%. Prevalensi pria diabetes (1,2%), wanita (1,8%). Di Indonesia kejadian diabetes tertinggi pada DKI Jakarta (3,4%), terendah di Nusa Tenggara Timur (0,9%).

Diabetes ialah penyakit yang seringkali dikenal *silent killer*, artinya penyakit ini membunuh dengan perlahan orang yang terkena. Sering kali penderita diabetes tidak menyadari bahwa dirinya mengidap diabetes dan komplikasi baru muncul ketika pasien baru menyadari dirinya mengidap diabetes (Eva, 2019). Diabetes melitus dapat dibagi jadi 4 kelompok yakni diabetes tipe

1, diabetes tipe 2, diabetes gestasional, diabetes tipe lainnya (Perkeni, 2021). 90% kasus diabetes ialah diabetes tipe 2 yang ditandai atas penurunan sensitivitas insulin serta ataupun sekresi insulin (Eva, 2019). Faktor genetik juga efek lingkungan begitu besar sebagai penyebab Diabetes Mellitus Tipe II.

Penyebab Diabetes Melitus Tipe II yang lain adalah obesitas, pola makan tinggi lemak, rendah serat dan kurang olahraga. Patofisiologi Diabetes Miletus Tipe 2 disebabkan oleh resistensi insulin yaitu, sel target insulin gagal atau tidak dapat merespon insulin secara normal apalagi disebabkan oleh produksi glukosa yang berlebihan (Nabyl, 2019). Diabetes tipe II merupakan masalah kesehatan masyarakat global dikarenakan prevalensi juga insidensi penyakit ini makin meningkat baik pada negara maju ataupun berkembang meliputi Indonesia.

Diabetes tipe 2 adalah epidemi yang berkembang yang menyebabkan penderitaan individu juga ruginya ekonomi yang sangat besar (Eva, 2019). Penyakit tidak menular ini mengalami peningkatan dari tahun ketahun dan paling banyak disebabkan karena faktor gaya hidup yang kurang baik seperti merokok, pola makan tidak sehat, aktifitas fisik yang kurang, obesitas, memiliki tekanan darah tinggi, gula darah tinggi dan kolesterol tinggi. Upaya yang telah dilakukan dalam pengendalian penyakit ini adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti pemantauan kesehatan secara berkala, rajin melakukan aktivitas fisik, diet sehat seimbang dan istirahat yang cukup (Kemenkes RI, 2020)

Diabetes itu adalah *mother of all diseases*. Kalau tidak terkontrol, dia bisa terkena penyakit jantung, stroke, ginjal yang akan lebih berat lagi masalahnya, akan lebih berat lagi biayanya (Rokom, 2024). Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk meneliti terkait Diabetes melitus, dikarenakan DM akan terus

meningkat dan harus mempunyai *self care* yang baik.

Diabetes Melitus bisa di kontrol pada masa yang cukup lama tetapi selama bertahun tahun mengidap penyakit diabetes mellitus pasti akan timbul banyak kerusakan ataupun komplikasi yang contohnya kerusakan mata, saraf, jantung, ginjal, serta pembuluh darah. Penderita tidak akan merasakan apa apa apabila mengkonsumsi obat diabetes secara rutin tetapi harus di ingat sekalipun penderita rajin untuk mengontrol gula dengan sangat lebih ketat begitu satu atau dua komplikasi timbul hal itu tidak dapat kembali normal ini diakibatkan karena gula darah yang terus menerus berada di atas batas normal dan berlangsung bertahun tahun.

Dampak yang bisa terjadi yaitu penyakit Diabetes Melitus bisa merusak semua organ tubuh dari ujung rambut kepala sampai ke ujung kaki. Penyakit ini alasan kebutaan begitu utama untuk orang dewasa, Diabetes Mellitus pula jadi alasan amputasi kaki paling banyak pada luar kecelakaan penderita diabetes mellitus yang mempunyai penyakit menyerta contohnya jantung coroner dan kerusakan pada pembuluh darah akan bertambah parah 2-4 kali lipat implikasi diabetes. Penyakit ini bertanggung jawab dari 50-80 % kematian penderita yang mengidap Diabetes Mellitus.

Menurut Irfan Nugraha et al., (2020) salah satu factor yang mempengaruhi kadar gula darah yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, lama sakit DM, pengetahuan, self care, dukungan keluarga, motivasi dan pemberian informasi dan edukasi. Dari berbagai factor diatas *self care* merupakan Solusi yang bisa dilakukan oleh semua orang untuk mengontrol kadar gula darah mereka agar tidak menimbulkan dampak yang lebih lanjut *Self care* dan *self care management* merupakan dua hal yang sama-sama meingkatkan kemampuan pasien dalam program peningkatan kesehatan. Self care lebih menitik beratkan kepada

pasien dan keluarga untuk mendukung intervensi kesehatan dan bertanggung jawab dalam pemenuhan kebutuhan perawatan.

Akan tetapi *self care management* difokuskan pada keterlibatan semua sumber daya yang ada disekitar pasien sehingga pasien lebih percaya diri dan meningkatkan perilaku dalam mengelola gejala, perawatan dan perubahan gaya hidup. *Self care management* dapat bersifat untuk promosi kesehatan terkait penyakit akut atau kronis. *Self care management* mengacu pada sistem kesehatan untuk memfasilitasi kemampuan individu dalam mengelola penyakitnya. Proses *self care management* termasuk didalamnya pemantauan kondisi kesehatan dan menerapkan strategi untuk pengelolaan perawatan, obat-obatan dan implikasi penyakit kronis.(Warsito, 2018)

Komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit Diabetes Melitus dapat diminimalisir melalui upaya pengelolaan yang disebut *self care management*. *Self care management* diabetes bertujuan untuk mengontrol kadar glukosa darah secara optimal dan mencegah komplikasi yang timbul. Teori keperawatan mengungkapkan suatu teori terkait self care yaitu sebagai aktivitas yang dilakukan oleh seseorang dalam memulai dan melakukan suatu tindakan berdasarkan keinginannya dengan tujuan untuk mempertahankan hidup dan kesehatan serta kesejahteraan. Aktivitas self care yang dapat dilakukan yakni diet, aktivitas/latihan fisik, kontrol glukosa darah, minum obat secara teratur, perawatan kaki (Adimuntja, 2020)

Pengetahuan penderita diabetes melitus bisa di dapat melalui edukasi yang mempengaruhi kemampuan penderita diabetes tipe 2 untuk memahami penyakitnya dan menjaga pengelolaan diabetes tipe 2 itu sendiri *self care* . Keterampilan diabetes melitus tipe 2 dilihat dari aktivitas perawatan diri diabetes yang meliputi kontrol glikemik, kontrol diet, aktivitas fisik, dan

penggunaan obat secara teratur. Dimana tindakan perawatan diri untuk diabetes bisa menghindari munculnya komplikasi yang bisa menyebabkan kemunduran fungsi psikologis, fisik serta sosial pasien (Adimuntja, 2020).

Manajemen perawatan diri (self care management) mengacu pada 4 pilar pengelolaan diabetes melitus yang terdiri dari manajemen glukosa (terapi farmakologi), aktivitas fisik, kontrol diet, serta perawatan kesehatan (edukasi) (Luthfi et al., 2020). 4 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus pada perawatan diri (self care management) yaitu Informasi yang diberikan adalah pemahaman tentang perjalanan infeksi, pentingnya pencegahan infeksi, kesulitan yang muncul dan bahayanya. Cara mengatasi hipoglikemia, cara menggunakan fasilitas kesehatan, pentingnya intervensi obat, cara memantau glukosa darah, dan cara mengatasi hipoglikemia. Upaya pasien diabetes untuk memahami perjalanan alami penyakitnya, mempelajari cara mengelolanya, mengenali masalah kesehatan atau komplikasi yang mungkin timbul sejak dini, mematuhi perilaku dalam memantau dan mengelola penyakit secara mandiri, dan mengubah perilaku kesehatan yang diperlukan didukung oleh Pendidikan (Efendi et al., 2021)

Pentingnya *Self care management* bagi penderita diabetes dikarenakan *self care* dapat mengontrol kadar glukosa darah sehingga kadar glukosa darah tetap dalam tingkat normal bagi pasien diabetes melitus (Istiyawanti, 2019b). Pasien DM akan melakukan perawatan selama hidupnya, oleh karena itu selain daripada memakan obat atau farmakologi, seorang pasien DM juga harus mempunyai *Self care management* yang baik, dimana bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam memenuhi kebutuhan hidupnya secara mandiri, sehingga pasien memiliki kemampuan mencegah dan mengelola penyakit diabetes dengan kepatuhan terhadap pengobatan dan nasihat yang diberikan

oleh tenaga kesehatan. Pada akhirnya self-care management diabetes jika dilakukan dengan benar dapat mencegah komplikasi yang dapat timbul dari diabetes (Kementrian Kesehatan Indonesia, 2022)

Self-Care DM tetap menjadi tanggung jawab pasien DM dan merupakan tindakan yang harus dilakukan sepanjang hidup pasien. *self care* DM bisa saja menjadi sebab menurunnya resiko pada penderita DM terhadap kejadian yang menyebabkan komplikasi pada jantung arteriosklerosis dalam hal lain *self care* juga bisa mengontrol kadar gula darah seseorang menjadi normal, memperkecil dampak yang disebabkan DM, serta dapat juga menurunkan angka mortalitas dan morbiditas yang disebabkan DM. Salah satu cara untuk mengontrol kadar gula darah secaramaksimal agar tidak menjadi suatu komplikasi adalah dengan cara melakukan *Self-care* pada pasien DM. Ketika individu mengalami komplikasi, berdampak pada pendeknya harapan hidup dan penurunan kualitas hidup (Putri & Hastuti, 2016)

Berdasarkan penelitian (Istiyawanti, 2019a) mengatakan bahwa *self care management* diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Rowosari Kota Semarang tahun 2018 belum dilakukan secara optimal dimana komponen pemantauan kadar glukosa darah, diet, aktivitas fisik, dan perawatan kesehatan masih dalam kategori kurang.

Pada saat studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Rumah Sakit AMC Kabupaten Bandung, peneliti menemukan bahwa sejumlah 10 orang mengetahui tentang manajemen diet bagi DM. manajemen diet tersebut yaitu mengurangi konsumsi gula, membatasi kalori, serta makanan yang mengandung serat. Namun 6 orang, tidak teratur dalam mengatur pola makan dan masih sering mengkonsumsi makanan yang mengandung minyak dan masih

sering mengkonsumsi minuman/makanan yang manis. sebanyak 4 orang mengatakan jarang melakukan olahraga seperti jalan cepat ataupun senam dalam 1 minggu. Penderita DM mengatakan bahwa alasan jarang melakukan olahraga adalah karna merasa malas, terlalu capek mengerjakan pekerjaan rumah, dan sibuk dipekerjaannya. Pada dasarnya mereka sudah mendapatkan anjuran dari dokter untuk melakukan olahraga secara teratur.

Sebanyak 3 orang, tidak teratur dalam mengontrol/memeriksakan kadar gula darah dalam sebulan. Sebanyak 2 orang, tidak teratur mengkonsumsi obat. Sebanyak 8 orang, patuh dalam mengkonsumsi obat. Mayoritas tersebut mengatakan bahwa minum obat sudah menjadi kebiasaan bagi penderita DM agar gula darahnya tetap stabil dan tidak naik. Sebanyak 10 orang mengatakan bahwa mereka sering menjaga kebersihan kaki setiap hari dengan cara menggunakan pelembab atau lotion pada kaki dan juga menggunakan alas kaki pada saat keluar rumah.

Pada saat melakukan wawancara mayoritas penderita DM mengetahui bagaimana pentingnya perawatan diri mandiri yang harus dilakukan. Namun berbeda dengan pelaksanaannya, banyak dari penderita yang belum teratur dan patuh dalam melakukan perawatan diri mandiri atau *self care manajemen* pada DM yang meliputi diet, olahraga, minum obat secara teratur, monitoring gula darah, dan perawatan kaki. Berdasarkan data dan fenomena di atas maka peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang gambaran perilaku *self care manajemen* pada pasien diabetes melitus di Rumah Sakit AMC Kabupaten Bandung

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diselesaikan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran *self care management* pada pasien

diabetes melitus Tipe II” ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *self care managemen pada* pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit AMC

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengaturan pola makan (diet) pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit AMC
- b. Mengidentifikasi latihan fisik pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit AMC
- c. Mengidentifikasi kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit AMC
- d. Mengidentifikasi Terapi farmakologis pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit AMC
- e. Mengidentifikasi perilaku perawatan kaki pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit AMC

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna mengenai Kesehatan dan pengetahuan

1.4.2 Praktis

- a. Bagi perawat
Dapat memberikan informasi dan berfungsi sebagai bahan dasar penelitian jangka Panjang.
- b. Manfaat Bagi Keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna mengenai Kesehatan dan pengetahuan di

Lembaga Pendidikan, khususnya mengenai Kesehatan dan pengetahuan yang terkait dengan segi aspek perawatanya.

c. Manfaat Bagi Institusi (Universitas Bhakti Kencana)

Dapat dijadikan sebagai titik awal penelitian atau sebagai sumber penelitian untuk menggambarkan bagaimana perilaku *self-care managemen* pada pasien Diabetes Melitus Tipe II, dan juga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mahasiswa maupun dosen akademik tentang pengetahuan mengenai ilmu keperawatanya.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah wawasan serta informasi Kesehatan khususnya mengenai gambaran *self care* pada pasien diabetes melitus tipe II.