

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Diabetes Mellitus (DM) merupakan kondisi kronis yang terjadi ketika ada peningkatan kadar glukosa dalam darah seseorang karena tubuh yang tidak cukup untuk dapat menghasilkan hormon insulin, atau tubuh tidak efektif dalam menggunakan insulin yang dihasilkan (IDF, 2019). Penyakit DM memiliki karakteristik hiperglikemia yang terjadi akibat kelainan sekresi insulin dan kerja insulin atau keduanya. Penyakit DM dikenal sebagai penyakit yang membunuh penderitanya secara diam-diam atau *silent killer*. Penderita seringkali tidak mengetahui jika menderita penyakit DM, dan penderita akan menyadari ketika dirinya memiliki penyakit DM apabila sudah terjadi komplikasi (Decroli, 2019).

Prevalensi penderita DM menurut *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2019 melaporkan bahwa nilai prevalensi DM di dunia sebesar 9,3% dan angka kejadian DM dunia adalah sebesar 463 juta jiwa. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan adanya peningkatan jumlah penderita DM di Indonesia sekitar 21,3 juta jiwa di tahun 2035 (Hidayah, 2019). Indonesia menempati peringkat ke tujuh di dunia dengan jumlah prevalensi penderita DM tertinggi setelah negara China, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazilia, dan Meksiko (IDF, 2019). Hasil RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur 15 tahun sebesar 2%. Hal ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi DM pada penduduk 15 tahun pada hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5%. Namun prevalensi DM berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes. Menurut data RISKESDAS oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan tahun 2018 di Jawa Tengah terdapat 1,59% penduduk mengalami DM dan di Kabupaten Klaten sendiri terdapat 2,39%.

Meningkatnya prevalensi dan terjadinya komplikasi pada seseorang yang menderita DM akan menimbulkan kerugian yang sangat besar, kerugian itu berdampak baik secara individu maupun bidang kesehatan secara keseluruhan. Biaya perawatan untuk DM baik secara langsung maupun tidak langsung akan lebih besar dibandingkan dengan orang yang non DM. Selain itu dampak yang diakibatkan komplikasi DM akan menyebabkan timbulnya masalah sosial (Dewi Prasetyani, 2017)

Salah satu faktor penyebab tingginya nilai prevalensi DM juga disebabkan oleh interaksi antara faktor kerentanan genetik dan paparan lingkungan. Faktor lingkungan diperkirakan dapat menyebabkan meningkatnya faktor risiko DM diantaranya adalah perubahan gaya hidup, seperti kebiasaan makan yang tidak seimbang yang akan menyebabkan obesitas. Selain itu, aktifitas fisik juga termasuk faktor risiko DM (Awad, 2013). DM adalah penyakit metabolik yang menyebabkan beberapa komplikasi. Komplikasi tersebut ada yang bersifat kronis maupun akut. Penyebab kematian terbesar adalah komplikasi akibat DM. Komplikasi yang dapat terjadi akibat DM adalah penyakit jantung, gagal ginjal, stroke, amputasi akibat luka, dan bahkan berujung pada kematian (Imelda, 2019).

Upaya dan penanggulangan telah dilakukan pemerintah dalam mengatasi masalah DM, namun masalah DM masih tinggi di Indonesia dan semakin banyak akibat terjadinya komplikasi akibat DM. Komplikasi yang dialami penderita DM dapat diminimalkan melalui pengelolaan manajemen kesehatan secara individu yang disebut dengan *self care management diabetes*. *Self care management* pada penderita DM bertujuan untuk mengontrol kadar glukosa darah agar dalam nilai normal. *Self care management* terdiri dari berbagai kegiatan yang harus diikuti oleh penderita DM. Kegiatan itu diantaranya pengaturan pola makan, aktivitas fisik/latihan jasmani, monitoring kadar glukosa darah, perawatan kaki, dan pengobatan/terapi farmakologis. Penderita dapat mempertahankan kualitas hidupnya apabila mengikuti kegiatan *self care management* dengan baik maka resiko terkena komplikasi semakin kecil (Hari Istiyawanti, Ari Udiyono, Praba Ginandjar, 2019)

Self care management DM merupakan tindakan atau program yang menjadi tanggung jawab semua penderita DM dan harus dijalankan disepanjang kehidupan penderitanya. Perawatan medis seperti *self care management* yang berkelanjutan dibutuhkan sangat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Oleh karena itu, penderita harus mampu menjalankan *self-management* atau manajemen diri yang baik. Kepatuhan dan kedisiplinan dari penderita sangat penting dalam *self-management* diabetes guna meningkatkan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus. *Self care* yang dilakukan pada penderita DM berupa pengaturan pola makan atau diet, aktivitas fisik seperti olahraga, perawatan kaki, minum obat diabetes, dan monitoring gula darah (Putri, 2017).

American Diabetes Association mengatakan *self care manajement* penting untuk dilakukan guna untuk menilai kemajuan yang telah berhasil dicapai oleh seorang penderita DM yang tergambar sebagai kemampuan individu dalam mengelola kehidupan

setiap harinya sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi baik akut maupun komplikasi jangka panjang seperti keadaan retinopati diabetikum dan bahkan resiko kematian (ADA 2018). Penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2017) termuat dalam jurnal (Nur'aini, 2021) di Puskesmas Srandol Semarang, menjelaskan bahwa sebanyak penderita DM sudah mengetahui tentang pentingnya dari *self management* diabetes sebab manajemen diabetes ini sudah terkait pengaturan diet (pola makan), aktivitas olahraga, perawatan kaki, konsumsi obat secara teratur, serta monitoring gula darah yang seharusnya menerapkan prinsip *self management*. Namun, ternyata penerapannya didapatkan hasil bahwa masih banyak pasien diabetes belum menjalankan beberapa aspek *self management* secara optimal.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti di Puskesmas Wedi didapatkan hasil dari laporan penderita diabetes mellitus terdapat 1203 penderita DM pada tahun 2021, sedangkan di dalam data bulan oktober-desember tahun 2021 yaitu 106 penderita diabetes melitus pada bulan oktober, 103 penderita diabetes melitus pada bulan november dan 63 penderita diabetes melitus pada bulan desember. Untuk di desa Brangkal sendiri untuk data penderita diabetes mellitus pada bulan februari 2022 terdapat 53 orang penderita diabetes mellitus. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader desa didapatkan bahwa jika penderita DM didesa Brangkal masih kurang mengetahui cara untuk perawatan diri seperti : pengaturan pola makan (diet), latihan fisik (olahraga), monitoring gula dalam darah, minum obat teratur, dan perawatan kaki.

Berdasarkan pernyataan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran *self care* pada penderita diabetes mellitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self care* pada penderita penyakit diabetes mellitus didesa Brangkal Wedi.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan DM di Indonesia semakin meningkat, dari insiden dan dampak yang terjadi pada penderita. Permasalahan DM terjadi pada laki-laki dan perempuan di kabupaten klaten juga mengalami peningkatan. Peningkatan ini tidak diimbangi dengan pemeriksaan secara rutin oleh penderita DM ke puskesmas. Penderita tidak melakukan pemantauan kadar gula darah, tidak mengkonsumsi obat DM secara rutin, tidak olahraga maupun mengatur pola makan. Berdasarkan latar belakang dan fenomena dilapangan peneliti merumuskan masalah “Bagaimana Penderita DM didesa Brangkal dalam menjalankan *self care management* ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mendeskripsikan Gambaran *Self Care Management* pada penderita Diabetes Mellitus didesa Brangkal.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita DM, dan komplikasi DM.
- b. Untuk mengetahui gambaran *self care management* pada penderita diabetes mellitus.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan tentang Gambaran *Self Care Management* Penderita DM.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan bahan perencanaan program *self care management* pada DM sehingga dapat memotivasi penderita dan keluarga penderita untuk selalu melakukan perawatan diri dengan baik, serta dapat mengetahui komponen-komponen *self care management* agar dapat memberikan edukasi pada penderita DM.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah pengetahuan bagi mahasiswa kesehatan maupun umum sehingga lebih mudah dalam melakukan penelitian selanjutnya.

c. Bagi Penderita DM dan Keluarga

Untuk dapat memberikan informasi kepada masyarakat, yaitu perawatan diri atau *self care management* pada penderita DM

d. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi penelitian berikutnya dan dapat digunakan sebagai sumber bacaan untuk penelitian berikutnya.

E. Keaslian Penelitian

1. (Putri, 2017) “Gambaran *Self Care* penderita Diabetes Melitus (DM) Di Wilayah Kerja Puskesmas Spondol Semarang” didapatkan jumlah sampel 135 responden. Pengambilan data dilakukan tanggal 15 Desember 2016-1 Januari 2017 di wilayah kerja Puskesmas Spondol. Peneliti menggunakan kuesioner *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) yang telah dimodifikasi untuk mengetahui aktivitas perawatan diri yang dilakukan oleh penderita DM yang meliputi pengaturan pola makan (diet), latihan fisik (olahraga), perawatan kaki, minum obat diabetes, dan monitoring gula darah. Uji validitas yang dilakukan menunjukkan r hitung $>$ r tabel (0,361) dengan rentang 0,363-0,728 yang berarti pertanyaan kuisisioner SDSCA valid. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran self care penderita diabetes melitus (DM) di wilayah kerja puskesmas Spondol Semarang. Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif deskriptif dengan pendekatan survei. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA). Sampel diambil dengan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 135 responden. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang ditetapkan dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Untuk perbedaan pada penelitian ini terletak pada Sampel penelitian, lokasi dan waktu penelitian.
2. (Imelda, 2019) “Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya DM di Puskesmas Harapan Raya tahun 2018 “. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab DM. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan bersifat deskriptif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah 74 responden yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*.
3. (Nur’aini, 2021) ”Self Care Management Penderita Diabetes Melitus Tipe-II Di Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Makrayu Palembang” Tujuan: penelitian ini untuk mengetahui gambaran analisis *self care management* penderita diabetes melitus tipe II di masa pandemi covid-19. Metode: jenis penelitian ini merupakan kuantitatif deskriptif yang melalui pendekatan survei. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA). Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* di wilayah kerja Puskesmas Makrayu Palembang dengan 53 sampel. Analisis yang digunakan adalah analisis data univariat. Hasil: penelitian ini menunjukkan gambaran analisis *self care management* kurang dan self care management baik memiliki distribusi yang

hampir sama pada penderita. Untuk perbedaan pada penelitian ini terletak pada Sampel penelitian, lokasi dan waktu penelitian.