

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan masyarakat dimasa kini menyebabkan perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia bahkan di dunia. Gaya hidup mengonsumsi makanan seperti *fast food*, *junk food*, karbohidrat tinggi, dan minuman manis serta gaya hidup dengan aktivitas fisik kurang dan duduk berjam-jam memiliki risiko tinggi mengalami DM tipe II (Murtiningsih, Pandelaki and Sedli, 2021). Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (Perkeni, 2019). Diabetes mellitus termasuk suatu penyakit kronik yang kompleks yang melibatkan kelainan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak serta berkembangnya komplikasi makro vaskuler, mikro vaskuler dan neurologis (Long, 2014).

Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 576 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Pada tahun 2011 kemudian didapatkan data mengenai 10 negara dengan prevalensi diabetes mellitus terbesar, diantaranya: Cina, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, Meksiko, Indonesia, Jerman, Mesir dan Bangladesh (International Diabetes Federation, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa prevalensi orang dengan Diabetes Mellitus di Indonesia terus meningkat dari tahun 2007 sebesar 0,7% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan, pada tahun 2013 sebesar 1,5% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan dan pada tahun 2018 sebesar 2,1% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan (Kemenkes RI, 2018). Profil kesehatan tahun 2019, menunjukkan penderita Diabetes Mellitus di kabupaten Klaten jumlah keseluruhan ada 37.485 penderita (Dinkes Klaten, 2020).

Tingginya kasus DM di wilayah Indonesia karena kurangnya manajemen diri pasien DM dan kurangnya manajemen diri dapat meningkatkan resiko terhadap terjadinya komplikasi DM. Dimana komplikasi atau masalah yang muncul pada pasien DM meliputi kerusakan mata, masalah pada kulit dan kaki, masalah jantung (stroke, kerusakan pembuluh arteri, tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi) neuropathy. Komplikasi tersebut tidak akan muncul apabila perawatan diabetes dilaksanakan dengan baik, tertib, dan teratur. Oleh karena itu, pengelolaan atau manajemen diri diabetes merupakan hal yang sangat penting (Fahra, Widayati and Sutawardana, 2018).

Diabetes mellitus termasuk penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan secara total namun hanya bersifat mengontrol gula darahnya dalam darah. Kontrol gula darah dapat dilakukan dengan melakukan manajemen diri. Manajemen diri dibutuhkan sehari-hari untuk menjaga kesehatan, apakah itu sekadar mempertahankan rutinitas hidup sehat seperti olahraga dan makan seimbang ataukah sedang hidup dengan suatu penyakit kronis. Untuk perilaku kesehatan dan manajemen penyakit, individu harus melakukan manajemen diri. Bahkan ketika seseorang memutuskan untuk tidak ingin menerapkan pola hidup sehat atau tidak ingin secara aktif mengatasi penyakit, hal ini pun merefleksikan bentuk manajemen yang ia terapkan. Setiap orang pasti menerapkan suatu bentuk manajemen diri baik yang positif atau pun yang negatif (Wijaya and Widiastuti, 2018).

Manajemen diri adalah suatu aktifitas yang dilakukan individu dalam melakukan suatu tindakan berdasarkan keinginannya dengan tujuan mengelola penyakit yang diderita (Maisyura, Murniati and Halim, 2020). Manajemen diri diabetes merupakan tindakan mandiri yang harus dilakukan oleh penderita DM dalam kehidupannya sehari-hari. Tujuan melakukan tindakan manajemen diri diabetes adalah untuk mengontrol glukosa darah. Tindakan yang dapat mengontrol glukosa darah dan menjadi kegiatan dari manajemen diri diabetes meliputi pengaturan pola makan (diet), latihan fisik (olahraga), perawatan kaki, penggunaan obat diabetes dan monitoring glukosa darah (Fahra, Widayati and Sutawardana, 2018).

Dampak manajemen diri pasien DM Tipe 2 secara mandiri dapat memberikan prognosis penyakit. Pasien dapat mengontrol kadar gula darah di dalam tubuh sehingga mengurangi akan kesakitan pada pasien DM Tipe 2. Selain itu, dengan pengelolaan diri yang baik dengan patuh menerapkan pilar-pilar penatalaksanaan DM secara mandiri

selama perawatan di rumah, juga dapat meningkatkan kualitas hidup dan menurunkan kejadian komplikasi akibat DM Tipe 2 (Kurniawati, Hartani and Budiarto, 2022).

Kadar gula darah dapat dikontrol dengan manajemen diri. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Hidayah (2019), di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya, didapatkan bahwa sebanyak 59,5% pasien DM memiliki tingkat *self management* baik. Adapun manajemen diri yang dilakukan pasien DM dalam penelitian tersebut antara lain pengaturan makan, aktivitas fisik atau olahraga, perawatan diri/ kaki, kepatuhan minum obat dan monitoring gula darah. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa perilaku self-management diabetes yang kurang merupakan faktor resiko/ faktor determinan (faktor penyebab) terjadinya regulasi kadar gula darah yang tidak terkontrol sebesar 1,21 kali.

Manajemen diri berhubungan dengan kadar gula darah pasien diabetes melitus, hal ini dibuktikan oleh Maisyura, Murniati dan Halim (2020), dengan hasil penelitian bahwa $p\ value\ 0.006 < 0.05$, hal ini menunjukkan bahwa $p\ value$ lebih kecil dari nilai signifikan, jadi disimpulkan bahwa ada hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada penderita DM di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. Diabetes melitus merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian dan penanganan yang baik, mengingat prevalensinya yang tinggi dan meningkat, dapat menimbulkan komplikasi yang cukup berat ditambah besarnya biaya yang diperlukan dalam penanganan penderita. Dengan mengetahui manajemen diri yang baik pada penderita Diabetes Mellitus akan berdampak yaitu penderita lebih mudah dalam pengendalian faktor risiko yang ditimbulkan seperti pengaturan pola makan, latihan fisik, minum obat secara teratur dan melakukan monitoring gula darah mandiri.

Peneliti memilih lokasi Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten sebagai tempat penelitian karena tempat tersebut tercatat data pasien DM tipe II termasuk tinggi dibandingkan tempat praktik keperawatan lain di wilayah Klaten, disamping itu pasien DM tipe II di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten memiliki masalah utama yaitu meningkatnya kadar gula darah. Studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 17 Juli 2023 menunjukkan pasien diabetes melitus tipe II yang tercatat di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten pada tahun 2022 sebanyak 191 orang sedangkan pada bulan Juni-Juli 2023 yang telah terdata

sebanyak 32 orang. Masalah utama pasien DM tipe II adalah meningkatnya kadar gula darah. Data dari 8 pasien di tersebut menunjukkan bahwa 7 pasien (87,5%) memiliki kadar gula darah >200 gr/dl dikarenakan tidak mengatur pola makan, kurang olahraga, jarang minum obat dan jarang monitoring gula darah. Hasil wawancara pada 5 penderita DM tipe 2 dengan kadar gula darah >200 gr/dl menyebutkan bahwa 1 orang tidak mengatur diet atau pola makannya, 1 orang mengatakan tidak mengkonsumsi obat secara teratur, 1 orang mengatakan tidak pernah olahraga, 1 orang mengatakan selalu jalan-jalan tiap pagi dan 1 orang mengatakan rajin mengontrol kadar gula darah ke petugas kesehatan di desa. Wawancara tersebut menyebutkan bahwa pasien DM memiliki manajemen diri kurang dan kadar glukosa darah pada pasien juga relatif tinggi yaitu >200 gr/dl.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Manajemen Diri dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Indonesia termasuk dalam 10 negara dengan prevalensi diabetes mellitus terbesar di dunia. Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten pada tahun 2022 sebanyak 191 orang sedangkan pada bulan Juni-Juli 2023 yang telah terdata sebanyak 32 orang. Masalah utama pasien DM tipe II adalah meningkatnya kadar gula darah. Data dari 8 pasien di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten menunjukkan bahwa pasien memiliki kadar gula darah >200 gr/dl dikarenakan tidak mengatur pola makan, kurang olahraga, jarang minum obat dan jarang monitoring gula darah. Manajemen diri dibutuhkan sehari-hari untuk menjaga kesehatan pasien DM, apakah itu sekadar mempertahankan rutinitas hidup sehat seperti olahraga dan makan seimbang ataukah sedang hidup dengan suatu penyakit kronis. Dampak manajemen diri pasien DM Tipe 2 secara mandiri dapat memberikan prognosis penyakit.

Berdasarkan data diatas, maka penulis merumuskan pertanyaan penelitian ini adalah sebagai berikut: “Adakah hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan lama DM.
- b. Mengetahui manajemen diri pasien diabetes mellitus tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten.
- c. Mengetahui kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten.
- d. Menganalisa hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu media pembelajaran dan referensi terkait hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam meningkatkan kegiatan pelayanan yakni mutu pelayanan terhadap pasien diabetes melitus dengan pemberian konseling terkait manajemen diri pasien DM dan kontrol DM.

3. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dan masukan untuk melaksanakan pelayanan asuhan keperawatan yang tepat, yang ditujukan kepada kelompok pasien diabetes melitus dalam melakukan manajemen diri dan kontrol kadar gula darah secara berkala.

4. Bagi Responden

Untuk mengembangkan informasi mengenai manajemen diri diabetes serta kadar glukosa darah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai landasan referensi mengenai hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 agar dapat dikembangkan menjadi penelitian lebih lanjut.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang hampir serupa berhubungan dengan penelitian ini pernah dilakukan, diantaranya sebagai berikut :

1. Hidayah (2019), melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya”.

Penelitian ini menggunakan desain studi observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan data menggunakan teknik random sampling dan didapatkan 79 responden. Data penelitian didapatkan dengan menggunakan kuisioner SDSCA (*The Summary of Diabates Self-Care Activities*). Analisis data menggunakan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian responden memiliki tingkat *self-management* baik (59,5%). Selain itu, sebagian besar responden memiliki kadar gula darah yang terkontrol (50,6%). Terdapat hubungan antara perilaku *self-management* dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya dengan *p value* 0,000.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan terletak pada metode penelitian, teknik sampling, analisis data, subyek penelitian dan lokasi serta waktu penelitian. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subyek pada penelitian ini adalah pasien DM tipe II. Penelitian dilaksanakan di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jimbung Kalikotes Klaten tahun 2023 dan teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Independent t-test*.

2. Windani, Abdul dan Rosidin (2019), melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Self-Manajemen pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut”

Rancangan penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif, dalam penelitian deskriptif ini melibatkan 138 pasien DM menggunakan teknik konsektif sampling.

Data *self-managemen* dikumpulkan menggunakan *Diabetes Self-Managemen Instrumen (DSMI)*. Analisis skor *self-manajemen* dibagi menjadi tiga kategori yaitu baik sedang dan buruk, setengah responden adalah lansia akhir (44,9%). Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang melakukan *self-managemen* sedang (97%) dan baik (2,9%).

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan terletak pada metode penelitian, teknik sampling, analisis data, subyek penelitian dan lokasi serta waktu penelitian. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subyek pada penelitian ini adalah pasien DM tipe II. Penelitian dilaksanakan di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jombang Kalikotes Klaten tahun 2023 dan teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Independent t-test*.

3. Roessanti, Sutawardana dan Kushariyadi (2022), melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Self-Manajemen pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut”

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel sebanyak 84 responden dikumpulkan dengan metode *consecutive sampling*. Analisis data menggunakan uji korelasi spearman ($\alpha = 0,05$). Hasilnya menunjukkan pasien tidak mengalami ketakutan akan hipoglikemia (78,6%) dan manajemen diri diabetes dalam kategori baik (77,4 %). Ada korelasi yang signifikan dan positif antar kedua variabel ($p \text{ value} = 0,012$ dan $r = 0,272$) yang artinya semakin takut pasien maka manajemen diri semakin buruk dan sebaliknya.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan terletak pada metode penelitian, teknik sampling, analisis data, subyek penelitian dan lokasi serta waktu penelitian. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subyek pada penelitian ini adalah pasien DM tipe II. Penelitian dilaksanakan di Praktik Keperawatan Mandiri Wido Anggoro Banyuripan Jombang Kalikotes Klaten tahun 2023 dan teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Independent t-test*.