

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia). Kondisi ini disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai insulin dan kebutuhan tubuh untuk membawa glukosa ke dalam sel agar dapat digunakan untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Hal ini menyebabkan kekurangan glukosa dalam sel-sel tubuh, yang sangat penting untuk kelangsungan hidup dan fungsi sel. Diabetes Mellitus dibagi menjadi dua tipe yaitu tipe I dan tipe II. Diabetes tipe I memerlukan pemberian insulin dari luar tubuh, misalnya melalui suntikan untuk menopang hidup, sedangkan Diabetes tipe II ditandai dengan resistensi insulin yang berarti suatu kondisi dimana tubuh atau jaringan tidak dapat memberikan respon optimal terhadap kerja insulin (P. R. Putri, 2024).

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit yang tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dari tahun ke tahun sehingga menimbulkan beban Kesehatan dunia (Antoni et al., 2024). Jumlah penderita DM di seluruh dunia diperkirakan mencapai 536,6 juta pada tahun 2021 dan akan terus meningkat menjadi 783,2 juta pada tahun 2045. Asia Tenggara mempunyai jumlah penderita DM tertinggi ketiga di dunia yaitu 90,2 juta orang. Sementara itu Indonesia dengan jumlah penduduk 19,5 juta jiwa menempati peringkat ke 5 dari 10 negara dengan jumlah penderita DM tertinggi di Asia Tenggara dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045 (Gaya et al., 2024). Pada tahun 2018, prevalensi diabetes lebih tinggi pada Wanita yaitu sebanyak 1,8% dibandingkan laki-laki yaitu 1,2%. Diabetes Mellitus bisa menyebabkan Komplikasi penyakit baik akut maupun kronis. Komplikasi kronis berkembang secara bertahap dalam waktu yang lama sedangkan komplikasi akut dapat terjadi kapan saja (Purwitaningsih & Setya, 2023).

Berdasarkan data kasus baru penyakit tidak menular pada tahun 2018 DM mempunyai jumlah kasus tertinggi kedua setelah hipertensi di Jawa Tengah yaitu

sebanyak 18,3%. Menurut Dinas Kesehatan Jawa Tengah pada tahun 2019, perkiraan jumlah penderita DM di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 652.822 jiwa (Salsabilla, 2021). Di tingkat Kabupaten Klaten kasus DM masih cukup tinggi. Menurut data Dinas Kibupaten Klaten, Kabupaten Klaten memiliki angka penyakit tidak menular (PTM) tertinggi pada tahun 2017 sebanyak 29,811 kasus meningkat menjadi 41.547 pada tahun 2018. Pada tahun 2019 jumlah penderita DM di klaten mencapai 37.485 kasus, menunjukkan jumlah penderita DM di Klaten terus meningkat. Pada tahun 2020 jumlah penderita DM di Klaten diperkirakan tidak mengalami perubahan dibandingkan tahun sebelumnya (Maulani & Ismawatie, 2023). Menurut data Rekam Medik RSUD Islam Klaten pada tahun 2024 jumlah penderita DM tipe II tertinggi mencapai 730 kasus.

Tujuan utama pengobatan DM adalah mengatur kadar glukosa darah dalam kisaran normal untuk meredakan gejala dan mencegah komplikasi DM. Aspek terpenting dalam mengobati DM terutama DM tipe II adalah perubahan gaya hidup yang mencakup pola makan yang tepat dan olahraga teratur. Manajemen Diri adalah kemampuan untuk menghadapi kehidupan sehari-hari, mengendalikan penyakit yang diderita dan mengurangi dampaknya. Perilaku sehat yang merupakan cerminan manajemen diri pada pasien DM antara lain adalah menjaga pola makan sehat, memperbanyak aktivitas fisik, memantau kadar gula darah, serta melakukan perawatan kaki secara teratur secara berkala. Manajemen diri perlu dipahami sebagai suatu proses yang berkembang tidak hanya seiring berjalannya waktu, tetapi juga terkait dengan sifat pengalaman penyakit individu dan masalah Kesehatan spesifiknya. Manajemen diri memungkinkan penderita untuk mengembangkan keterampilan memecahkan masalah, meningkatkan keyakinan diri dan mendukung penerapan pengetahuan dalam situasi kehidupan nyata. Adanya keterampilan pemecahan masalah pada penderita DM memungkinkan penderita membuat keputusan tentang pengobatan terbaik bagi mereka. Manajemen diri tersebut mempunyai dampak yang sangat besar terhadap proses dan hasil pengelolaan penyakit DM (Penyuluhan et al., 2024). Manajemen diri adalah kemampuan seseorang untuk mengelola kehidupan sehari-harinya. Ini sangat

membantu mengendalikan dan mengurangi efek penyakit pada penderita DM (Patients, 2021).

Perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia saat ini berkiblat pada gaya hidup barat. Hal tersebut mengakibatkan perubahan pola makan masyarakat merujuk pada pola makan tinggi kalori, tinggi lemak dan kolesterol terutama pada makanan siap saji yang berdampak meningkatkan obesitas. Perilaku olahraga atau aktivitas fisik yang kurang dari 2 kali seminggu mempunyai resiko 4,5 kali terkena DM tipe II dibandingkan mereka yang melakukan aktivitas fisik atau olahraga teratur. Porsi makan juga berpengaruh pada gula darah. Mengurangi porsi makan dapat membantu mengontrol gula darah, sedangkan menambah porsi makan dapat menimbulkan komplikasi DM (Susilowati & Waskita, 2019). Diabetes Mellitus tipe II dapat disebabkan oleh faktor gaya hidup seperti kurang aktivitas fisik dan asupan energi yang berlebihan (Elisabeth et al., 2024).

Gaya hidup adalah pola kolektif perilaku yang berhubungan dengan Kesehatan berdasarkan pilihan opsi yang tersedia untuk orang menurut peluang hidup mereka. Gaya hidup yang buruk seperti merokok, pola makan yang buruk, kurang aktivitas fisik, dan stress yang berlebihan merupakan faktor pencetus utama dalam peningkatan penyakit kronis termasuk Diabetes Mellitus (Perifer et al., 2022). Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh (Elisabeth et al., 2024) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian DM diantaranya pola makan ($p=0,02$), aktivitas fisik ($p=0,02$), kebiasaan merokok ($p=0,04$), manajemen stress ($p=0,01$), pola tidur ($p=0,04$).

Kepatuhan diet serta perbaikan aktivitas fisik (gaya hidup) penderita DM mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system koagulasi darah serta mencegah terjadinya hiperglikemia kronik, neuropati perifer, keterbatasan sendi dan deformitas, yang merupakan faktor terjadinya ulkus kaki diabetikum (Gaya et al., 2024). Gaya hidup merupakan kegiatan rutin yang dilakukan oleh setiap orang, gaya hidup yang tidak sehat akan meningkatkan jumlah penderita penyakit tidak menular. Tingginya jumlah

penyandang DM tipe II sebagai salah satu PTM disebabkan oleh perubahan gaya hidup masyarakat serta kesadaran untuk melakukan deteksi dini penyakit DM, seperti kurangnya aktivitas fisik dan pengaturan pola makan yang tidak baik (Windiramadhan et al., 2024)

Aktivitas fisik merupakan satu kegiatan dalam pengelolaan DM yang berguna untuk memperbaiki sensitivitas insulin dan juga untuk menjaga kebugaran tubuh. Aktivitas fisik dapat membantu dalam mengontrol glukosa menjadi energi. Selain itu aktivitas fisik bisa membantu menurunkan berat badan diabetes yang obesitas serta mencegah laju progresivitas gangguan toleransi glukosa menjadi DM. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh penderita DM sangat membantu dalam menghasilkan peningkatan penyerapan glukosa dan glukosa transpoter translokasi (Karolus et al., 2023)

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai “Gambaran Manajemen Diri Dan Gaya Hidup Pada Penderita Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Islam Klaten”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimana Gambaran Manajemen Diri Dan Gaya Hidup Penderita Diabetes mellitus tipe II di RSUD Islam Klaten?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran manajemen diri dan gaya hidup pada pasien penderita diabetes mellitus tipe II di RSUD Islam Klaten

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan karakteristik responden yang menderita penyakit diabetes mellitus meliputi jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan lama menderita Diabetes Mellitus
- b. Untuk mendeskripsikan manajemen diri penderita penyakit diabetes mellitus di RSUD Islam Klaten

- c. Untuk mendeskripsikan gaya hidup penderita penyakit diabetes mellitus di RSUD Islam Klaten

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil peneliti ini dapat memberikan informasi lebih bagi pembangunan ilmu keperawatan dan dapat memperluas ilmu mengenai Manajemen diri dan gaya hidup penderita diabetes mellitus tipe II

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Dapat memahami dan menambah pengetahuan tentang gaya hidup penderita diabetes mellitus tipe II

b. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat dan dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat mengenai penanganan pada penderita Diabetes Mellitus tipe II

c. Bagi Pendidikan dan pengembangan ilmu keperawatan

Dapat memberikan tambahan informasi dan masukan kepada institusi pendidikan keperawatan pada penderita Diabetes Mellitus tipe II

d. Bagi institusi Universitas Muhamadiyah Klaten

Memberikan masukan untuk institusi pendidikan khususnya perpustakaan sebagai referensi untuk tinjauan pustaka sehingga dapat digunakan referensi untuk penelitian selanjutnya

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis (tahun)	Judul peneliti	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan dengan yang diteliti
1.	(Adiatama, 2020)	Hubungan Manajemen Diri (Self Management) dengan Peran	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan	Penelitian ini menggunakan uji analisis data menggunakan	Hasil dari penelitian ini uji statistic diperoleh nilai $P=0.001 (<0.05)$	Perbedaan penelitin ini terdapat pada

No	Penulis (tahun)	Judul peneliti	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan dengan yang diteliti
		Diri pada pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda	manajemen diri (Self Management) dengan peran diri pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja puskesmas palaran samarinda	n Chi-Square dengan metode penelitian croos sectional dan jumlah sampel pada penelitian sebanyak 70 orang	sehingga Ho ditolak, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan manajemen diri (Self management) dengan peran diri pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas palaran samarinda	penelitian yang akan dilakukan di RSUD Islam Klaten dan penlitian berjalan pada tahun 2025
2.	(Darmayanti et al., 2021)	Gambaran Tingkat Kepatuhan Manjemen Diri Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Salah Satu Puskesmas di Kota Bandung	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan manajemen diri penderita diabetes mellitus tipe II di salah satu puskesmas di kota bandung	Penelitian ini menggunakan desain croaa sectional, jumlah sampel 61 responden dengan Teknik accidental sampling. Analisa yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan distribusi frekuensi	Hasil dari peneliti ini Sebagian besar responden memiliki kepatuhan manajemen diri yang buruk (52,5%), mayoritas kepatuhan manajemen nyeri buruk	Perbedaan ini peneliti ini terdapat pada tempat penelitian yang akan dilakukan di RSUD Islam Klaten dan penlitian berjalan pada tahun 2025
3.	(Elisabeth et al., 2024)	Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II di Rumah	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gaya hidup dengan kejadian	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif sross-sectioal digunakan untuk meneliti	Hasil dari peneliti ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya	Perbedaan ini peneliti ini terdapat pada tempat penelitian yang akan dilakukan di RSUD Islam

No	Penulis (tahun)	Judul peneliti	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan dengan yang diteliti
		Sakit Royal Prima Medan	diabetes mellitus tipe II di rumah sakit royal prima medan	suatu fenomena. Penelitian melibatkan pasien rumah sakit royal prima medan dari April sampai juni 2024. Data dari 50 pasien rawat jalan dan dianalisis menggunakan n SPSS pada analisis bivariat dan unvariati	hidup dengan kejadian diabetes mellitus diantaranya pola makan (p=0,02), aktivitas fisik (p=0,02), kebiasaan merokok (p=0,04), manajemen stress (p=0,01), pola tidur (p=0,04). Variabel yang tidak memiliki hubungan signifikan antara gaya hidup dengan kejadian diabetes mellitus adalah konsumsi alcohol (0,27)	Klaten dan penelitian berjalan pada tahun 2025
4.	(Suryanti, 2021)	Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di rumah sakit bhayangkara kota makassar	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan desain cross sectional study. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 64	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok (p=0.042), aktivitas fisik (p=0,027), dan pola makan (p=0,010) dengan kejadian diabetes mellitus. Tidak ada hubungan kebiasaan	Perbedaan penelitian ini terdapat pada tempat penelitian yang akan dilakukan di RSU Islam Klaten dan penelitian berjalan pada tahun 2025

No	Penulis (tahun)	Judul peneliti	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan dengan diteliti	yang
				respoden yang diperoleh dengan Teknik simple random sampling	, mengkomsusi minuman beralkohol (p=0.628) dengan kejadian diabetes mellitus		