BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang menjadi penyebab utama dari 36 juta kematian di dunia dengan persentase 70% (Natalia Paskawati Adimuntja, 2020). Penyakit Tidak Menular (PTM), termasuk Diabetes Melitus kini menjadi ancaman serius bagi kesehatan global. Diabetes Melitus merupakan salah satu penyebab utama penyakit kardiovaskular (CVD), kebutaan, gagal ginjal, amputasi (akibat luka), bahkan kematian (IDF, 2017). Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah yang melebihi dari batas normal yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, sehingga memerlukan perhatian yang serius (WHO Global Report, 2016).

Diabetes Melitus dikenal sebagai *silent killer* karena penderitanya baru menyadari setelah terjadinya komplikasi (Decroli, 2019)**.** Komplikasi pada penderita DM disebabkan oleh banyak faktor diantaranya karakteristik individu meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, riwayat penyakit dan dapat dipengaruhi juga dengan faktor penanganan yang meliputi diet, aktivitas fisik, terapi obat, dan pemantauan glukosa darah (Wa Ode Sri Asnaniar, 2019).

Saat ini diperkirakan 463 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun menderita diabetes. Ini mewakili 9,3% dari populasi dunia dalam kelompok usia ini. Diperkirakan pada tahun 2030 dan 2045 jumlah ini akan meningkat menjadi 578 juta (10,2%) dan 700 juta (10,9%) (IDF, 2019). *International Diabetic Federation* (2019) menyatakan Indonesia menempati urutan ketujuh di dunia setelah China,

India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, dan Mexico. Ada sekitar 10,7 juta pasien dengan Diabetes melitus berusia 20-79 tahun.

Menurut laporan Rikesdas 2018 prevalensi diabetes pada populasi berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia, usia ≥15 tahun adalah 2 %. Prevalensi pasien diabetes pria (1,2%), perempuan (1,8%). Prevalensi diabetes tertinggi di Indonesia adalah DKI Jakarta (3,4%), terendah adalah Nusa Tenggara Timur (0,9%). Di Bali prevalensi diabetes pada tahun 2013 adalah (1,3%) dan meningkat menjadi (1,7%) pada tahun 2018. Di perkotaan, penderita DM lebih tinggi yaitu (1,9%) sedangkan di pedesaan yaitu (1,0%). Menteri Kesehatan RI ; menyatakan bahwa pencegahan dan pengendalian diabetes yang efektif harus fokus pada faktor risiko dan secara teratur dan terus menerus memantau perkembangannya, karena faktor risiko PTM secara keseluruhan di Indonesia masih tinggi, yaitu 33,5% tidak melakukan aktivitas fisik, 95% tidak mengonsumsi buah dan sayuran, dan 33,8% penduduk di atas usia 15 tahun adalah perokok berat (Rikesdas, 2018).

Jumlah estimasi penderita Diabetes Melitus di Provinsi Bali yang berusia ≥ 15 tahun terdapat sebanyak 52.282 kasus. 72,2 % dari kasus tersebut yang menerima layanan kesehatan sesuai standar. Standar pelayanan kesehatan pada penderita diabetes meliputi pengukuran glukosa darah, edukasi, dan pengobatan (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar (2020) jumlah kasus DM di Kabupaten Gianyar mencapai 6.328 kasus dan menempati urutan ke-6 dalam 10 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Gianyar. Dalam data puskesmas yang ada di Gianyar tercatat kasus tertinggi berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Sukawati II (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2020). Saat dilakukan studi pendahuluan ditemukan penderita Diabetes Melitus

yang tercatat di wilayah kerja Puskesmas Sukawati II tahun 2021 adalah 1.067 orang, dari jumlah tersebut yang kontrol ke puskesmas sebanyak 730 pasien.

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, 2020).

Pengendalian Diabetes melitus dan penyakit metabolik dilakukan melalui pencegahan dan penanggulangan yaitu dengan menggunakan prinsip dasar manajemen pengendalian diabetes melitus (Syamsi Rahman dkk, 2015). 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 (Natalia Paskawati Adimuntja, 2020).

Agar penderita diabetes melitus dapat bertahan hidup lebih lama dan sehat maka perlu adanya dukungan kesehatan profesional dan *self care management* yang baik. Menurut penelitian dari Sulistria (2013) dalam Handriana & Hijriani, (2020) bahwa masalah komplikasi yang terjadi pada pasien diabetes melitus dapat dikendalikan atau dicegah dengan *self care management*. *Self care management* sangat penting dilakukan bagi penderita diabetes melitus karena dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraannya. Penelitian Chaidir et al., (2017), menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita diabetes sangat bergantung pada *self care management* yang dilakukan. Artinya bahwa kualitas hidup akan semakin baik apabila dilakukan *self care management* dengan baik pula dan begitupun sebaliknya.

Saat studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah Puskesmas Sukawati II pada 10 orang penderita DM, didapatkan bahwa sejumlah 10 orang (100%) mengetahui tentang manajemen diet bagi DM. Manajemen diet tersebut yaitu mengurangi konsumsi gula, membatasi kalori, serta makanan yang mengandung serat. Namun 5 orang (50%) tidak teratur dalam mengatur pola makanan dan masih sering mengkonsumsi makanan yang tidak dianjurkan bagi penderita DM. Sebanyak 8 orang (80%) mengatakan tidak pernah melakukan olahraga dalam 1 minggu. Penderita DM mengatakan bahwa alasan tidak melakukan olahraga adalah karena malas, terlalu capek mengerjakan pekerjaan rumah, dan sibuk. Pada dasarnya mereka sudah mendapat anjuran untuk berolahraga teratur.

Sebanyak 3 orang (30%) tidak patuh dalam mengkonsumsi obat karena merasa jenuh dan pernah 1 minggu tidak mengkonsumsi obat sama sekali. Sebanyak 3 orang (30%) tidak teratur mengkonsumsi obat. Sebanyak 4 orang (40%) patuh

mengkonsumsi obat. Mayoritas tersebut mengatakan bahwa minum obat sudah menjadi kebiasaan bagi penderita DM agar gula darahnya tidak naik. Sebanyak 10 orang (100%) mengatakan bahwa penderita DM melakukan perawatan kaki tidak berbeda sebelum dan sesudah menderita DM.

Ketika dilakukan wawancara mayoritas penderita DM mengetahui pentingnya perawatan diri mandiri yang harus dilakukan. Namun dalam pelaksanaannya, banyak dari penderita yang belum teratur dan patuh dalam melakukan perawatan diri mandiri atau *self care management* pada DM yang meliputi diet sehat, 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 *self care management* pada pasien diabetes melitus di wilayah Puskesmas Sukawati II.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian "Bagaimanakah gambaran *self care management* pada pasien diabetes melitus di wilayah Puskesmas Sukawati II Tahun 2022 ?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran *self care management* pada pasien diabetes melitus di wilayah Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dilakukannya penelitian ini adalah :

a. Mengidentifikasi pengaturan pola makan (diet) pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.
b. Mengidentifikasi aktivitas fisik (olahraga) pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.
c. Mengidentifikasi monitoring gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.
d. Mengidentifikasi minum obat diabetes pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.
e. Mengidentifikasi perawatan kaki pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sukawati II Tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini, diharapkan dapat ditinjau dari dua aspek yaitu dari segi teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan untuk menambahkan dan mengembangkan ilmu keperawatan khususnya pada gambaran *self care management* pada pasien diabetes melitus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat untuk menambah wawasan serta informasi kesehatan khususnya mengenai gambaran *self care management* pada pasien diabetes melitus.

b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu dan teknologi terapan dibidang keperawatan tentang gambaran *self care management* pada pasien diabetes melitus.

c. Bagi Peneliti

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