

BAB I **PENDAHULUAN**

LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolism kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Diabetes Melitus dapat dibedakan menjadi dua yakni tipe 1 dan tipe 2 (World Health Organization, 2022).

Diabetes Melitus tipe 1 terjadi akibat tubuh tidak bisa memproduksi insulin sehingga memerlukan suntikan insulin setiap hari untuk menjaga kadar glukosa darah tetap terkendali, DM tipe 2 terjadi akibat tubuh tidak dapat memproduksi insulin secara normal, DM tipe 2 dapat diobati melalui manajemen diri yakni gaya hidup sehat, termasuk peningkatan aktivitas fisik dan diet sehat, sedangkan Diabetes gestasional adalah diabetes yang terdiri dari glukosa darah tinggi selama kehamilan dan berhubungan dengan komplikasi pada ibu dan anak (International Diabetes Federation, 2022).

Berdasarkan WHO (2022) memperkirakan sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, mayoritas tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian secara langsung di setiap tahunnya. Pada tahun 2021, (IDF) mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Tiongkok menjadi negara pengidap diabetes terbesar di dunia 140,87 juta. Selanjutnya, India tercatat memiliki 74,19 juta pengidap diabetes, Pakistan 32,96 juta, dan Amerika Serikat 32,22 juta.

Negara di wilayah Arab-Afrika Utara, dan Pasifik Barat menempati peringkat pertama dan ke-2 dengan prevalensi diabetes pada penduduk umur 20-79 tahun tertinggi di antara 7 regional di dunia, yaitu sebesar 12,2% dan 11,4%. Wilayah Asia Tenggara dimana Indonesia berada, menempati peringkat ke-3 dengan prevalensi sebesar 11,3%. Cina, India, dan Amerika Serikat menempati urutan tiga teratas dengan jumlah penderita 116,4 juta, 77 juta, dan 31 juta (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Lima provinsi di Indonesia dengan prevalensi DM tertinggi yakni DKI Jakarta dari 2,4 persen tahun 2013 menjadi 2,6 persen tahun 2018. Sedangkan, DI Yogyakarta yang menempati urutan kedua, prevalensi DM tahun 2018 (2,4 persen) menurun 0,2 persen dibandingkan tahun 2013. Sementara di kota Medan prevalensi hasil penderita penyakit DM mencapai 10,928 juta orang penderita (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Sumatera Utara tercatat bahwa kejadian Diabetes Melitus tertinggi di Kota Medan 10,928 kasus, di urutan kedua Kabupaten Deli Serdang 10,373 kasus, peringkat ketiga adalah Kabupaten Langkat 4.998 kasus. Sedangkan Kabupaten Pakpak Bharat menjadi Kabupaten yang terendah kejadian Diabetes Melitus yakni 232 kasus (Riset Kesehatan Dasar Sumatera Utara, 2018).

Perkembangan DM dikaitkan dengan kurangnya self management. Diperkirakan hanya sepertiga penderita DM mampu secara efektif mengelola penyakit mereka. Pasien setiap hari ditantang untuk mengikuti serangkaian self managemen yang kompleks seperti mengikuti rencana makan, melakukan aktivitas fisik yang sesuai beraktivitas dan minum obat (Lambrinou et al., 2019).

Self-Manajement adalah suatu tindakan yang dilakukan secara mandiri oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhan dalam mengatur fungsi dan perkembangan individu tersebut (Yoany et al., 2020). Penerapan Self-management pada pasien cenderung menurun seiring dengan meningkatnya komplikasi yang dirasakan pada penderita DM tipe 2 (Ahmad Yamin & Citra Windani Mambang Sari, 2018). Oleh karenanya, yang harus segera dilakukan agar fenomena ini tidak menimbulkan masalah yang semakin besar dan dampak yang luas adalah dengan mengatur pola makan (diet), olahraga/aktifitas fisik, dan pengontrolan kadar gula darah secara rutin hal ini dinamakan dengan self management (Nunung Sri Mulyani, 2019).

Rumusan Masalah

"Bagaimana Gambaran Penerapan Self- Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RS Royal Prima Medan."

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran self management pada penderita diabetes melitus tipe 2 di RS Royal Prima Medan.

Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui data Demografi penderita DM tipe 2
- b. Untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik
- c. Untuk mengetahui pengaturan pola makan
- d. Untuk mengetahui kepatuhan konsumsi obat
- e. Untuk mengetahui monitoring gula darah

Manfaat Penelitian

Bagi RS Royal Prima

Penelitian ini dapat membantu tenaga kesehatan atau perawat komunitas dalam mengetahui Self-Management penderita sehingga mampu menentukan tindakan yang harus dilakukan untuk mengatasi permasalahan diabetes melitus.

Bagi Institusi Perpustakaan

Dapat dijadikan tambahan pustakan refrensi untuk penelitian selanjutnya.

Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan meneliti dan menggali wawasan serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penerapan Self-Management pada pasien DM tipe 2.