

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus (DM) merupakan masalah kesehatan global utama di setiap negara maju dan berkembang. Peningkatan gula darah atau kondisi hiperglikemia, yang disebabkan oleh penurunan jumlah insulin pankreas, merupakan tanda gangguan metabolisme diabetes melitus (Dr. Rapael Ginting, SKM., 2023). Diabetes melitus, yang lebih sering disebut sebagai diabetes, yaitu kondisi serius jangka panjang ("kronis") dimana insulin, hormon yang mengatur gula darah, dibuat oleh pankreas, tetapi tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dibuat secara efektif atau pankreas tidak dapat menghasilkan jumlah insulin yang cukup (Aminuddin *et al.*, 2023).

Diseluruh dunia lebih dari setengah miliar orang hidup dengan diabetes. Populasi orang dengan diabetes, pada tahun 2021 diperkirakan 529 juta. Di Indonesia, diperkirakan ada 19,5 juta penderita diabetes melitus tipe 2. Biasanya, orang yang menderita penyakit ini adalah mereka yang berusia di atas 40 tahun. Namun saat ini, 56% kasus diabetes melitus tipe 2 meningkat pada orang-orang di bawah 40 tahun di seluruh dunia (Zuhdi, 2023). Berdasarkan IDF *International Diabetes Federation* 2021 sekitar 19,46 juta penduduk Indonesia terkena DM tipe 2. Dimana angka tersebut telah terjadi peningkatan menjadi 81,8% dibandingkan tahun 2019 (Yusri, 2020). Provinsi Sumatra Utara adalah salah satu provinsi paling DM tipe 2 di Indonesia, dengan 1,86% orang dengan DM tipe 2 didiagnosis oleh dokter di semua kelompok usia pada tahun 2018 (Nababan, Umbul Wahyuni and Aguslina Siregar, 2023).

Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi diabetes melitus di Provinsi Sumatera Utara berada di tingkat 10 daerah, dengan prevalensi tertinggi mencapai 1,9%. Tingkat tertinggi diabetes melitus berusia lebih dari 15 tahun yang ditemukan di kota Binjai adalah 2,04%, dan tingkat terendah ditemukan di Humbang Hasundutan adalah 0% (Sipayung and Dalimunthe, 2021). Pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tercatat, prevalensi diabetes Indonesia mencapai 10,9%. Kini, prevalensinya mencapai 11,7% pada 2023 (Santika, 2024).

Bagi pasien DM tipe 2 yang tidak menjalankan manajemen perawatan diri yang tidak baik, tentunya akan berdampak pada kualitas hidup pasien DM tipe 2 yang memiliki potensi akan terjadi komplikasi akut dan kronis serta kegagalan mengontrol kadar glukosa darah (Fahardianto and Rosyid, 2023). Dimana diagnosis dini sangat penting untuk mengelola DM tipe 2 secara efektif, karena DM tipe 2 yang tidak didiagnosis dan tidak diobati dapat menyebabkan hasil kesehatan yang buruk (drg. Widyawati, 2021).

Bagi para penderita diabetes dampak negatif dari perilaku perawatan diri yang buruk dapat mengakibatkan komplikasi jangka panjang (Gandu, Mlaras and Sumobito, 2022). Perilaku perawatan diri yang buruk juga dapat memperburuk nilai HbA1C dan kadar glukosa darah puasa (Rohani, 2023). Komplikasi lebih mudah muncul jika kontrol gula darah seseorang lebih buruk terhadap kadar gula darahnya. Hasil pengolahan data menunjukkan korelasi signifikan (berhubungan) antara perawatan manajemen diri dan kontrol gula (Djonler, 2023).

Menurut penelitian sebelumnya faktor perawatan diri seperti kontrol diet, aktivitas fisik, tingkat gula darah dan perawatan kaki DM tipe 2 berpengaruh terhadap pasien DM tipe 2 yang sedang menjalani perawatan diri (Muflihatin *et al.*, 2024). Dalam hal perawatan diri pasien DM tipe 2 sangat dibutuhkan perawatan harian, pola hidup sehat, keteraturan dalam menjalankan aktivitas fisik, pemantauan diet teratur, serta pengetahuan tentang perawatan kaki DM tipe 2 dapat menjadi langkah dalam perawatan diri pasien DM tipe 2 (Susanto, 2021).

Berdasarkan beberapa penelitian, konsumsi sayuran dan buah - buahan yang cukup dapat mempertahankan tekanan darah, kadar gula, dan kolesterol darah yang normal dan hal ini sangat bermanfaat bagi pasien DM tipe 2 yang sedang dalam masa perawatan diri (Sulistiyorini, Noviati and Ma'arif, 2023). Serta olahraga aerobik akan menurunkan HbA1C dan meningkatkan sensitivitas insulin. Olahraga yang dikombinasikan dengan latihan aerobik akan meningkatkan HbA1C secara signifikan (Makarim, 2020).

Salah satu komplikasi yang paling mengkhawatirkan bagi mereka yang menderita DM tipe 2 adalah ulkus. Ulkus ini terjadi karena kontrol glikemik dan manajemen diabetes yang buruk, seperti tidak mematuhi protokol pencegahan luka, melakukan aktivitas yang tidak sesuai, dan meletakkan terlalu banyak beban pada kaki (Kesaputri *et al.*, 2023). Keluarga yang mengetahui cara

mengontrol pola makan penderita DM akan membantu mengontrol jumlah, jenis, dan jadwal makan mereka yang menderita DM (Novitasari *et al.*, 2022).

Menurut penelitian Agustina dkk, 2014 ada hubungan antara pengetahuan dan manajemen diri pasien diabetes tipe 2 berdasarkan variasi tingkat pengetahuan dan kualitas hidup pasien DM tipe 2 pengetahuan penting untuk mengontrol gula darah, mencegah komplikasi, dan pada akhirnya mempengaruhi kualitas seumur hidup (Nila Yuliawati, Made Desy Ratnasari and Riski Rosalina, 2022).

Ditinjau dari sikap, mereka yang memiliki sikap positif terhadap pencegahan DM tipe 2 cenderung lebih menerima dan mengikuti saran dari tenaga kesehatan terkait pencegahan DM tipe 2. Sikap positif ini juga mencakup keinginan untuk mengubah pola makan dan aktivitas fisik serta menjaga faktor risiko secara teratur (Angelina and Herwanto, 2022).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di UPT puskesmas medan johor pada tahun 2021 jumlah kasus pasien DM tipe 2 berjumlah 10,58%(1.058) pasien, tahun 2022 10,85% (1.085) pasien, tahun 2023 terdapat 15,51%(1.551) pasien. Laporan tertinggi terdapat di bulan agustus 2023 yaitu sebesar 1,82%(182) pasien. Berdasarkan kejadian tersebut, maka penelitian ini perlu dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis pengetahuan, sikap dan penilaian aktivitas perawatan diri menggunakan kuesioner manajemen diri diabetes pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Medan Johor 2024.

1.2 Perumusan Masalah

Diabetes tipe 2, dimana tubuh kesulitan memproduksi atau menggunakan insulin, merupakan masalah kesehatan global dengan jutaan penderita, termasuk 19,5 juta di Indonesia. Di Sumatera Utara, prevalensi diabetes tipe 2 mencapai 11,7% pada tahun 2023. Manajemen perawatan diri yang baik sangat penting bagi pasien diabetes tipe 2. Penelitian ini mengkaji pengetahuan, sikap, dan penilaian aktivitas perawatan diri pasien diabetes tipe 2 di Puskesmas Medan Johor, dimana tercatat 15,51% pasien pada tahun 2023.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Dalam penelitian ini yang menjadi tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengetahuan, sikap dan penilaian aktivitas perawatan diri menggunakan kuesioner manajemen diri diabetes pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Medan Johor.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk menganalisis tingkat pengetahuan pasien DM tipe 2 tentang manajemen diri di UPT Puskesmas Medan Johor.
2. Untuk menganalisis sikap pasien DM tipe 2 tentang manajemen diri di UPT Puskesmas Medan Johor.
3. Untuk menganalisis aktivitas perawatan diri berdasarkan aktivitas fisik menggunakan kuesioner manajemen diri pada pasien diabetes melitus tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Johor
4. Untuk menganalisis aktivitas perawatan diri berdasarkan kontrol diet menggunakan kuesioner manajemen diri diabetes pada pasien diabetes melitus tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Johor
5. Untuk menganalisis aktivitas perawatan diri berdasarkan perawatan kaki menggunakan kuesioner manajemen diri diabetes pada pasien diabetes melitus tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Johor
6. Untuk menganalisis aktivitas perawatan diri berdasarkan kontrol gula darah menggunakan kuesioner manajemen diri diabetes pada pasien diabetes

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Tempat Penelitian

Manfaat bagi tempat penelitian adalah bisa mengetahui apa yang mempengaruhi manajemen perawatan diri pasien DM tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Johor, dapat meningkatkan kualitas layanan untuk penderita DM tipe 2, dan dapat mengubah strategi manajemen perawatan diri pasien DM tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Johor berdasarkan temuan ini.

1.4.2 Bagi Responden

Pada responden mendapat manfaat yaitu dapat membantu pasien DM tipe 2 dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi manajemen perawatan diri mereka. Responden juga mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam tentang penyakit DM tipe 2 dan dapat merasakan dukungan dan perhatian dari tim peneliti untuk membantu mereka meningkatkan manajemen perawatan diri mereka.

1.4.3 Bagi Akademik

Manfaat dari pelaksanaan penelitian ini adalah para akademisi dapat bekerja sama dengan institusi dan peneliti lain yang tertarik pada topik yang sama untuk memperluas pengetahuan tentang DM tipe 2 dan metode manajemen perawatan diri.