

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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. Perubahan gaya hidup terutama dikota besar, menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit degenerative seperti diabetes mellitus. Epidemiologi DM seringkali tidak terdeteksi sehingga morbiditas dan mortalitas tinggi pada kasus yang tidak terdeteksi ini (Kemenkes,2014). Dari hasil kinerja Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Gedangan tahun 2024 penderita DM semakin naik dan ditemukan bahwa penderita *Diabetes Melitus* terbanyak terjadi pada pra lansia dan lansia..

WHO memprediksi kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Diperkirakan terdapat 1.5 juta kematian di dunia karena diabetes. Laporan ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah penyandang DM sebanyak 2-3 kali lipat pada tahun 2035. Sedangkan International Diabetes Federation (IDF) memprediksi adanya kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Kusuma & Suharyanto, 2024). Pada tahun 2021 sedikitnya ada sekitar 537 juta orang (10,5%) pada usia 20-79 tahun di dunia yang menderita DM serta terdapat 6,7 juta orang penduduk yang meninggal akibat diabetes pada usia tersebut. Jumlah ini diperkirakan akan terus

mengalami peningkatan mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Meningkatnya angka kejadian DM tersebut mengakibatkan Indonesia menduduki posisi ke-5 dalam urutan 10 negara teratas dengan jumlah orang dewasa (20-79 tahun) yang menderita diabetes yaitu sebanyak 19,5 juta jiwa (Istiqomah & Yuliyani, 2022). Berdasarkan Riskesda 2023, prevalensi *Diabetes Melitus* di Indonesia mengalami peningkatan dengan jumlah kasus pada Tahun 2018 hingga 2023 yaitu 10,9% menjadi 11,7%. Berdasarkan data Riskesdas 2022, prevalensi diabetes mellitus Provinsi Jawa Timur sebesar 2,6%. Meningkat dibandingkan data tahun 2018 yaitu sebesar 2,1%. Prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) DM di Puskesmas Gedangan mengalami peningkatan dari tahun 2023 sebesar 17,1 % Menjadi 18,6 % pada tahun 2024.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah Puskesmas Gedangan pada 10 orang penderita DM, didapatkan bahwa sejumlah 10 orang (100%) mengetahui tentang manajemen diet bagi DM. Manajemen diet tersebut yaitu mengurangi konsumsi gula. Namun 8 orang (80%) tidak teratur dalam mengatur pola makanan dan masih sering mengonsumsi makanan yang tidak dianjurkan bagi penderita DM. Sebanyak 7 orang (70%) 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 5 orang (50%) mengatakan tidak pernah melakukan pemantauan gula darah dalam 1 bulan dikarenakan tidak ada yang mengantar, bekerja dan malas. Sebanyak 7 orang

(70%) tidak pernah melakukan perawatan kaki karena malas dan tidak tau caranya. Sebanyak 4 orang (40%) tidak patuh dalam mengonsumsi obat karena merasa jenuh dan pernah tidak mengonsumsi obat sama sekali. Sebanyak 3 orang (30%) tidak teratur mengonsumsi obat. Sebanyak 3 orang (30%) patuh mengonsumsi obat mengatakan bahwa minum obat sudah menjadi kebiasaan bagi penderita DM agar gula darahnya tidak naik. Penderita *Diabetes Melitus* di wilayah kerja Puskesmas Gedangan tersebut mengatakan masih kesulitan melakukan perawatan mandiri dari informasi kesehatan yang sudah didapat dan didengar.

Meningkatnya angka penyakit *Diabetes Melitus* dari tahun ke tahun 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.

Dampak penyakit *Diabetes Melitus* bisa merusak semua organ tubuh dari ujung rambut kepala sampai ke ujung kaki. Penyakit *Diabetes Melitus* salah satu alasan kebutaan begitu utama untuk orang dewasa, *Diabetes Melitus* pula jadi alasan amputasi kaki paling banyak pada luar kecelakaan penderita *Diabetes Melitus* yang mempunyai penyakit menyerta contohnya jantung coroner dan kerusakan pada pembuluh darah akan bertambah parah 2-4 kali lipat komplikasi diabetes. Penyakit *Diabetes Melitus* menyebabkan kematian sebesar 50-80 %. Komplikasi *Diabetes Melitus* dapat dicegah dengan tindakan pengobatan *Diabetes Melitus* dengan cara pengendalian gula darah secara optimal (Adimuntja, 2020). Pengetahuan penderita *Diabetes Melitus* bisa di

dapat melalui edukasi yang mempengaruhi kemampuan penderita diabetes untuk memahami penyakitnya dan menjaga pengelolaan diabetes itu sendiri (*self care management*). Keterampilan *Diabetes Melitus* dilihat dari aktivitas perawatan diri diabetes yang meliputi kontrol pola makan, aktivitas fisik, kontrol gula darah, aktivitas dan penggunaan obat secara teratur. Dimana tindakan perawatan diri untuk diabetes bisa menghindari munculnya komplikasi yang bisa menyebabkan kemunduran fungsi psikologis, fisik serta sosial pasien (Adimuntja, 2020).

DSME merupakan suatu edukasi yang dilakukan dan diberikan pada pasien atau seseorang yang terkena DM tipe 2. DSME adalah proses berkelanjutan untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan yang diperlukan untuk perawatan diri pasien diabetes yang mencakup kebutuhan, tujuan, dan pengalaman hidup pasien diabetes atau pradiabetes dan dipandu oleh hasil penelitian berbasis bukti (Hailu et al., 2019). DSME dapat menjadi acuan dalam program edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan perawatan mandiri pasien DM (Damawiyah, 2020). Program DSME sangat efektif dalam meningkatkan kontrol glikemik, profil lipid dan BMI, dan cukup efektif dalam meningkatkan tekanan darah sehingga DSME dapat mengurangi risiko komplikasi diabetes (Mikhael et al., 2020)

Hasil penelitian Widayati (2020) ditemukan bahwa edukasi berbasis kelompok sebaya dapat meningkatkan kepatuhan diet dan perawatan mandiri penderita DM karena edukasi yang diberikan oleh teman sebaya membuat

seorang individu lebih dapat menerima dan percaya dengan pemikiran bahwa mereka merasakan hal yang sama. Metode ini dapat diterapkan sebagai salah satu pendekatan intervensi berbasis edukasi dalam meningkatkan kepatuhan diet dan perawatan mandiri penderita DM baik dalam lingkup klinik maupun komunitas.

Hasil penelitian A.Kadafi (2023) ditemukan bahwa kombinasi edukasi dan aktifitas fisik penderita DM tipe 2 dapat menurunkan kadar kolesterol. Salah satu kepatuhan aktifitas fisik adalah melakukan aktivitas 3 kali dalam seminggu selama 30 menit. Metode ini dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi berbasis edukasi dalam meningkatkan aktifitas fisik penderita DM.

Hasil penelitian CH Setiawan (2024) ditemukan bahwa edukasi nutrisi dapat meningkatkan pengetahuan dan mengontrol kadar gula terutama dukungan keluarga memiliki peran penting kepada pasien agar pasien merasa senang dan percaya diri dalam menghadapi penyakit, serta bersemangat untuk mengontrol kadar gula darahnya. Edukasi pemantauan gula darah dapat dijadikan salah satu faktor penting dalam intervensi pada penderita DM.

Hasil penelitian Hidayat, R (2022) ditemukan bahwa edukasi perawatan kaki penderita DM menjadi standar perawatan baru dan terapi andalan dalam mencegah perkembangan *DFU (Diabetic Foot Ulcer)*. Edukasi perawatan kaki yang diberikan dapat mempengaruhi proses penyembuhan luka kaki diabetik. Metode ini dapat digunakan untuk mencegah komplikasi dari diabetes melitus serta penyembuhan luka, sehingga sangat membantu untuk menghindari kondisi tersebut, terutama dapat menurunkan resiko dalam

pencegahan luka.

Hasil penelitian M Mia (2022) ditemukan bahwa edukasi kepatuhan minum obat merupakan hal yang penting dalam terapi pengobatan *Diabetes Melitus* karena dapat menurunkan resiko komplikasi. Edukasi dapat melalui media *booklet*. Metode edukasi kepatuhan minum obat ini sangat membantu dalam pengobatan penderita DM.

Upaya yang dilakukan di Puskesmas Gedangan untuk menjangkau dan mendata penderita DM yang belum pernah mendapatkan pelayanan kesehatan yaitu dengan melakukan deteksi dini/skrining pada semua masyarakat melalui ILP (Integrasi Layanan Primer). Namun, kegiatan tersebut masih berfokus pada tahap pemeriksaan, belum ada intervensi dan implementasinya. Manajemen *Self Care* DM belum terlaksana secara optimal. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap pengaturan pola makan (diit), aktifitas fisik, pemantauan gula darah, perawatan kaki, dan kepatuhan minum obat pada pasien *Diabetes Melitus* Tipe 2 di Puskesmas Gedangan Kabupaten Sidoarjo.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *Self Care Management* pada pasien *Diabetes Melitus* Tipe 2 di Puskesmas Gedangan Kabupaten Sidoarjo ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *Self Care Management* pada pasien *Diabetes Melitus* Tipe 2 di Puskesmas Gedangan Kabupaten Sidoarjo

2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengaturan pola makan pada pasien *Diabetes Melitus* sebelum dan sesudah diberikan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Gedangan pada kelompok perlakuan dan kontrol.
2. Menganalisis aktivitas fisik pada pasien *Diabetes Melitus* sebelum dan sesudah diberikan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Gedangan di Puskesmas Gedangan pada kelompok perlakuan dan kontrol.
3. Menganalisis pemantauan gula darah pada pasien *Diabetes Melitus* sebelum dan sesudah diberikan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Gedangan pada kelompok perlakuan dan kontrol..
4. Menganalisis perawatan kaki pada pasien *Diabetes Melitus* sebelum dan sesudah diberikan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Gedangan pada kelompok perlakua dan kontrol..
5. Menganalisis kepatuhan minum obat pada pasien *Diabetes Melitus* sebelum dan sesudah diberikan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Gedangan pada kelompok perlakuan dan kontrol.

6. Menganalisis pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *Self Care Management* pada pasien *Diabetes Melitus* Tipe 2.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar ilmu pengembangan wawasan dan informasi bagi tenaga perawat dalam memberikan penyuluhan terkait dengan *self care* management pada *Diabetes Melitus*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Meningkatkan upaya pasien dan dukungan dari lingkungan dalam melakukan perawatan diri diabetes secara mandiri serta menghasilkan perilaku kepatuhan yang lebih baik

b. Bagi perawat

Dapat digunakan sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam menjalankan peran dan fungsi di tatanan pelayanan primer, yaitu meningkatkan pemahaman klien DM dalam melakukan perawatan diri secara mandiri.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai dasar pengembangan penelitian selanjutnya mengenai *Diabetes Self Management Education* (DSME)

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Tabel Keaslian Penelitian

No	Nama dan Judul Penelitian	Model Analisis	Hasil Penelitian
1.	Widayati, D. (2020). Edukasi Managemen Diabetes Berbasis Kelompok Sebaya sebagai Upaya Meningkatkan Kepatuhan Diet dan Perawatan Mandiri Penderita Diabetes Mellitus.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Desain Pra eksperimen</i> • Jumlah responden 16 orang yang diperoleh melalui <i>purposive sampling</i>. • Dianalisis menggunakan <i>wilcoxon Sign Rank Test</i> 	Ada beda kepatuhan diet (p value = 0,02) dan perawatan mandiri (Pvalue = 0,01) sebelum dan sesudah diberikan edukasi kelompok sebaya
2.	A. Kadafi (2023) Kombinasi edukasi dan aktivitas fisik terhadap kadar kolesterol pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.	<ul style="list-style-type: none"> • Design penelitian eksperimental dengan pre-post test control group design • Jumlah responden 36 orang yang diperoleh melalui <i>nonprobability sampling</i> • Di analisis pre post dalam kelompok menggunakan uji <i>paired t-test</i> dan untuk melihat perbedaan antar kelompok menggunakan uji <i>anova post hoc bonferroni</i> 	Ada beda nilai kadar kolesterol pada kelompok kombinasi diperoleh nilai Δ -124,50, kelompok aktivitas fisik Δ -72,80, dan kelompok edukasi Δ -48,50 dan nilai signifikan $p=0,001$ $p=(p<0,05)$.
3.	C Yunmar (2019) Pengaruh DSME terhadap penurunan kadar gula darah pasien DM Tipe 2	<ul style="list-style-type: none"> • Desain <i>quasy eksperimen</i> dengan menggunakan rancangan Non Equivalent Control Group. • Jumlah responden 30 orang melalui <i>purposive sampling</i> 	Ada pengaruh DSME terhadap penurunan kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan diberikan edukasi dengan hasil kelompok intervensi $p = 0,001$ ($p<0,05$) dan kelompok kontrol $p = 0,007$ ($p<0,05$)

No	Nama dan Judul Penelitian	Model Analisis	Hasil Penelitian
4	Hidayat,R (2022) Pengaruh Edukasi dan Perawatan Kaki terhadap pencegahan Luka Diabet.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Desain sistematika review</i> pada 9 data base. • Yang dipublikasikan sejak tahun 2010 ditemukan 30 jumlah referensi yang teridentifikasi. • 12 referensi penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi 	Ada pengaruh pencegahan dengan edukasi dan perawatan kaki sangat membantu untuk menghindari komplikasi terutama dalam menurunkan resiko dalam pencegahan luka
5	Mia, M (2022) Pengaruh Edukasi Keluarga terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Desain Pre eksperimen</i> dengan pendekatan <i>One Group Pretest dan Posttest Design</i> • Jumlah responden 15 orang yang diperoleh melalui <i>purposive sampling</i>. • Dianalisis menggunakan <i>Paired Samples T-Test</i> 	Ada perbedaan sebelum dilakukan edukasi (cukup 66,7% dan kurang 33,3%), setelah dilakukan edukasi (Baik 66,7% dan cukup 33,3%). Dengan nilai signifikan ($p= 0,001$), nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$)